

ВЕСТА[®] *elle* 16+

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Ноябрь

№ 11 (282) 2018

Присоединяйтесь к нашей группе «Газета «Веста-М» — официальная группа» «ВКонтакте» <https://vk.com/vesta.gazeta> и вы первыми сможете узнавать интересные новости, общаться с другими участниками сообщества, делиться рецептами, советами, информацией, задавать интересующие Вас вопросы.

Мы ждём вас!

Сегодня в номере:

Ежемесячное издание для женщин

Учредители:

Костына А.В. и Костына М.И.

Издатель:

ООО Издательство «Веста-М»

394030 г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Издание зарегистрировано
в Комитете Российской Федерации
по печати. Рег. № 014813
от 15. 05. 1996 года.

**Главный редактор
Марина КОСТЫНА**

Адрес редакции:

г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Для почты:

394000, Воронеж, а/я 537

Телефон редакции:

(473) 251-22-13

Факс: (473) 251-22-13

E-mail: info@vesta-m.vrn.ru

Наш сайт: vesta-m.info

Присланные по почте рукописи не
рецензируются и не возвращаются.

Редакция в переписку с читателями не
вступает.

Мнение авторов не всегда совпадает с
мнением редакции.

Ответственность за содержание и
достоверность сведений в рекламе и
объявлениях несет их податель.

Перепечатка материалов, помещенных в
«Весте-М», без письменного разрешения
редакции не допускается.

Директор

по распространению

Галина СТАРОДУБЦЕВА

Телефон (473) 235-59-75

Номер подписан в печать:

11 октября 2018 г.

По графику в 11:00, фактически в 11:00.

Дата выхода 27 октября 2018 года.

Отпечатано в ГУП РО

«Рязанская

областная типография»

390023, г. Рязань, ул. Новая, 69/12

тел. (4912) 44-87-80

По всем случаям полиграфического
брака обращаться в типографию.

Заказ № 3444.

Тираж 305000 экз.

Тираж 307420 экз.

Цена свободная.

Подписной индекс

в каталоге «Почта России» —

P2181,

в «Каталоге российской прессы» —

60672,

в каталоге «Пресса России» —

51182.

Подписку можно оформить

на сайте: VIPISHI.RU

На первой странице — Наталья

г. Ульяновск

КОСМЕТИКА

- Чай не только пьют.
- Виноградная маска вместо умывания.
- Что такое антисерн?
- «Прослойка» для стойкости макияжа.
- Увлажнение не по правилам.
- Точно в цвет.
- В помощь новичкам.
- Ключевое слово.

САЛОН КРАСОТЫ

- Для работы и праздника.
- Прическа на скорую руку.
- Лосьон, проверенный временем.
- Повторное окрашивание.
- Причина в шампуне.
- Для здоровья и красоты ваших волос.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

- Фитованна от депрессии.
- Только по необходимости.
- От трещин на коже.
- Три витамина для красоты.
- Диагноз на глаз.
- Признак здоровой беременности.
- Новости маникюра.

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Народные средства при лечении кашля, простуды,
нулевой кислотности, болезней суставов,
остеохондроза.

- Помогли медицинские банки.
- Если повышен холестерин.
- Зеленая аптека: клюква.
- «Скажите, доктор...» — на вопросы читателей отвечают врачи: гинеколог, педиатр, дерматовенеролог.

У ЮРИСТА

- Юрист отвечает на письма читателей.

ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

- Психолог отвечает на письма читателей.

ЕСЛИ ХОТИТЕ

- Дорого, еще дороже. ● Точечный массаж.

СВОИМИ РУКАМИ

- Кардиган с широким воротником, жилет-прямоугольник, связанные на спицах, и снуд-палантин, связанный крючком.
- Переделываем верхнюю одежду.
- Пушистые аксессуары и меховые детали.
- Шарф для дизайнерской сумки.
- Бомбер из мужской рубашки.
- Необычный свитер из обычного.
- Украшаем толстовку.
- Шарфы с мехом.

ВАШ СТИЛЬ

- Верхняя одежда. ● Мода в клетку.

К ВАШЕМУ СТОЛУ

- 18 замечательных рецептов.

ИЗ ИСТОРИИ ВЕЩЕЙ

- От «поясов верности» до бюстгалтеров с бриллиантами.

ХОЗЯЮШКЕ

- «Ароматная» машина.
- Совет для рассеянных.
- Как быстро размятчить масло.
- Место для сумок. ● Две серьги на одну пуговицу.
- Кондиционер как моющее средство.
- Погоняйте пауков и мышей.
- Найдите квадратик.

ИНТЕРЬЕР

- Подушки от сквозняков.

МУЖЧИНА В ВАШЕЙ ЖИЗНИ

- Для ссоры нет причин!
- Кто он: двоеженец или молодец?

КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ

- Новая среда для ваших питомцев.

ВАШ САД

- Как вырастить гардению из семян.

МОЛОДОЙ МАМЕ

- Сенсорный массаж.
- Сортер — лучший друг родителей.
- Учимся считать правильно.

БРАТЬЯ НАШИ МЕНЬШИЕ

- Дантист для Рекса.
- «Ребята, давайте жить дружно!»
- Хотите завести ужа?

ПОЗНАЙ СЕБЯ

- Гороскоп с 15 ноября по 15 декабря.
- Тест. Выбираем хобби.

ПРАВОСЛАВНАЯ СТРАНИЦА

- Священник отвечает на вопросы читателей.
- Православный календарь на декабрь.

ЖЕНЩИНЫ-МУЗЫ

- Продлись, продлись, очарование...

АХ, ЭТИ ЗВЕЗДЫ!

- Дипломированные специалисты Голливуда.
- А могли бы стать учителями: Александр Сирин и Борис Хвошнянский.

ПРОСТО ПОЧИТАТЬ

- Алексей Котов. Сотворение Адама.

НА ДОСУГЕ

- Сканворд. ● Анекдоты.

Читайте в следующем номере:

- Астропрогноз на 2019 год. ● Новогоднее волшебство. ● Корпоративная вечеринка и вы.
- Мифы и правда о новогоднем застолье. ● Загадки женской сумочки.
- Календарь причесок на 2019 год. ● Повеселимся, дамы? ● Как реализовать свои желания.
- Любимый с «прицепом». ● День рождения или Новый год? ● И многое другое.

УРА! МЫ ОТМЕЧАЕМ НАШ 24-Й ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ И ПОДВОДИМ ИТОГИ КОНКУРСА «ЛИЦО ВЕСТЫ-2018»

Дорогие наши читательницы! Почти четверть века мы каждый месяц встречаемся с вами, а вы — с нами.

За это время сменилось целое поколение наших читателей. Но ими остаются ваши бабушки, мамы и вы, юные друзья «ВЕСТЫ».

Нам очень приятно осознавать, что вы не проходите равнодушно мимо киосков, в витринах которых видите цветную обложку нашего очередного номера. Значит, мы нужны вам так же, как вы нужны нам.

По сложившейся традиции, на обложке ноябрьского номера газеты мы помещаем фотографию победительницы ежегодного конкурса «ЛИЦО ВЕСТЫ», который проводится накануне нашего дня рождения.

И В ЭТОМ ГОДУ ПОБЕДИТЕЛЬНИЦЕЙ КОНКУРСА «ЛИЦО ВЕСТЫ-2018»

признана **НАТАЛЬЯ СТЕПАНОВА**
(город Ульяновск)

II МЕСТО заняла
ВЕРА НАДОЛИНСКАЯ
(город Таганрог Ростовской области)

III МЕСТО досталось
АЛЕКСАНДРЕ ШИМЫРИНОЙ
(деревня Чура Удмуртской республики)

ОТ ВСЕЙ ДУШИ ПОЗДРАВЛЯЕМ ПОБЕДИТЕЛЬНИЦ КОНКУРСА и сообщаем, что будем рады поместить их фотографии на обложке нашего издания в ноябре, декабре 2018-го и в январе 2019 года.

А те, чьи фотографии не заняли трех первых мест, имеют шансы увидеть себя на обложке «ВЕСТЫ» в очередных номерах 2019 года.

ЖЕЛАЕМ ВАМ, ДОРОГИЕ ДЕВУШКИ,
СЧАСТЬЯ, ЛЮБВИ И САМЫХ БОЛЬШИХ УСПЕХОВ
В ЖИЗНИ.

ЕСЛИ ХОТИТЕ СПАСЕНИЕ УТОПАЮЩЕГО — ДЕЛО РУК ЕГО САМОГО

Нет таких людей, которые никогда не испытывали боли. Через боль организм подает сигнал, что с ним не все в порядке.

Но некоторые люди предпочитают перетерпеть боль, забывая, что она может вызвать шок, негативно действует на нервные клетки и может закончиться инсультом, если головная боль связана с длительным напряжением сосудов.

Кто-то, чтобы унять боль, принимает таблетки, хотя известно, что безвредных таблеток не бывает. Убирая боль, они негативно влияют на другие органы и системы.

А есть способ, который позволяет избавиться от нее без ущерба для здоровья. Возможно, он вас заинтересует. Это точечный массаж. Действовать он начинает уже через 2-3 минуты, в отличие от таблетки, которой для этого требуется от 15 до 30 минут. Да и таблетки в нужный момент может не оказаться под рукой, а руки всегда при вас.

Итак, для самомассажа вам ничего, кроме рук и знания расположения нужных точек, не требуется.

ПРИ ГОЛОВНОЙ БОЛИ

Особенно часто люди прибегают к акупрессуре при головной боли, стараясь не довести дело до приступа мигрени.

● Чтобы снять первые признаки начинающейся головной боли, плотно прижмите подушечки пальцев к вискам и, надавливая, совершайте круговые движения сначала по, а потом против часовой стрелки. Затем плавно погладьте лоб от центра к вискам. Для усиления эффекта можно перед массажем нанести на поду-

шечки пальцев по одной капле лавандового масла.

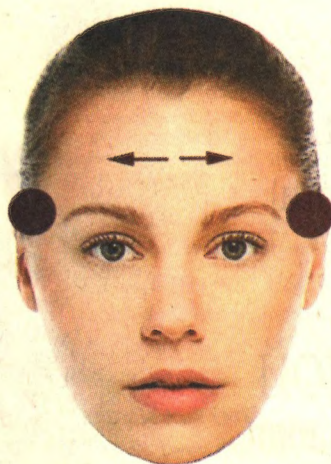
● Если у вас головокружение и боль в височных и теменно-затылочных областях, помассируйте точку, которая находится на границе основания черепа и шейного отдела позвоночника. Кстати, вы можете сделать массаж этой точки, если вдруг на вас напала бессонница или расстроилось зрение из-за постоянного напряжения глаз при работе на компьютере.

● Боль сконцентрировалась в лобной части головы, в висках, кажется, что болят даже глазницы? Попробуйте помассировать симметричные точки на стыке

внутреннего края бровей и переносицы. Постарайтесь не делать этого пальцами одной руки, потому что сила надавливания будет разной, а должна быть одинаковой.

Отлично справляется с такой болью и массаж точки, которая находится в том месте, где лоб переходит в переносицу.

● Если вас мучают мигрени, чтобы не допустить развития приступа, при появлении первых неприятных ощущений активно помассируйте подушечки больших пальцев. В рефлексологии считается, что этот участок связан с лобным мозгом.



ПРИ ПРОСТУДЕ

Если у вас нет высокой температуры, помассируйте парные точки, расположенные в основании черепа, симметрично с двух сторон от позвоночника в углублении. Это поможет вам избавиться от насморка и заложенности носа, простудной головной боли, боли в горле, боли в теле и суставах.



ПРИ ЗУБНОЙ БОЛИ

Ровно посередине под нижней губой во впадинке, где десны переходят в челюстную кость, есть точка, которая помогает снять зубную боль и убирает воспаление десен. Не забывайте о ней, если отекло лицо или от постоянного напряжения мышц задней части шеи разболелась голова.



ЧТО ТАКОЕ ТОЧЕЧНЫЙ МАССАЖ

Точечный массаж, или акупрессура — это метод лечения и самолечения посредством давления пальцев на определенные участки тела.

Основан он на древнем китайском способе лечения, возникшем и доведенном до совершенства еще за три тысячи лет до нашей эры. Он безопасен, легко применим, доступен любому человеку. К тому же, он значительно менее болезненный, чем любой другой вид массажа, потому что воздействие у него точечное.

Считается, что раздражение акупунктурных точек надавливанием вызывает активацию головного мозга и высвобождение специфических гормонов — эндорфинов, которые оказывают обезболивающее действие, ведь природа создала их как «лекарство от боли».

ПРИ ОТИТЕ

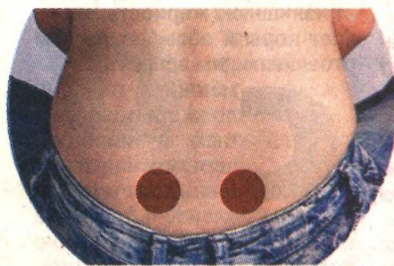
Воспаление среднего уха чрезвычайно болезненно, и эту боль трудно терпеть. Ее, а также заложенность ушей, которая часто сопровождается простудой, ангину, гайморит и полет на самолете, снимет массаж нужных точек.

Широко откройте рот, нащупайте пальцами углубления под мочками ушей и нажимайте на них 20-30 секунд. Уберите пальцы. Если боль не ушла, повторите воздействие.



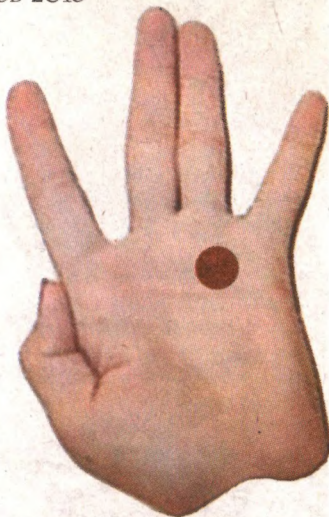
ПРИ БОЛИ В ПОЯСНИЦЕ

Точки, на которые следует давать большими пальцами со всей силы, находятся на верхушках ягодичных мышц. Если вам трудно их нащупать, разделите мысленно расстояние от позвоночника до боковой поверхности таза пополам с обеих сторон и нажимайте пальцами, передвигая их от талии вниз, чтобы нащупать болезненные точки. Воздействуйте на обе точки одновременно 2-3 минуты.



ПРИ БОЛИ В ШЕЕ

Нащупайте указательными пальцами болезненные точки на расстоянии ширины двух пальцев от позвоночника ниже шеи и чуть выше верхушек лопаточных костей. Надавливайте на эти точки с одинаковой силой с обеих сторон одновременно, начиная со слабого нажима и постепенно усиливая его. Чтобы в течение 2-3 минут было удобно держать указательные пальцы на этих точках, захватите большими пальцами складку кожи рядом. Пальцы не будут скользить и меньше устанут.



ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ

Сначала надо найти нужную точку на теле, для этого, зная ее приблизительное расположение, начните в этом районе давить, разминать пальцами мышцы под кожей вдавливающими вращательными движениями. Смещайте подушечки пальцев и ищите самую болезненную точку. Как только найдете, продолжайте усиливать круговые, вдавливающие движения, пока не появится ощущение распирающей боли в месте воздействия. Теперь зафиксируйте на этом месте подушечки пальцев, максимально надавливая на болезненную зону. Вы почувствуете, как постепенно происходит расслабление, боль притупляется, а потом полностью исчезает. Давить на одну точку следует от 1 до 3 минут указательным, средним или большим пальцем, каким вам будет удобнее. Во время массажа желательно лежать или сидеть.

ПРИ БОЛЯХ В СУСТАВАХ

Отведите в сторону мизинец под углом около 30 градусов и мысленно продолжите лучи угла, проводя их по внутренней поверхности безымянного пальца и мизинца. На их пересечении между суставами и чуть ниже их будет искомая точка. Давите на нее указательным пальцем с умеренной силой в течение 5-7 минут. Обычно ревматические боли быстро приобретают хронический характер, поэтому для массажа выбирайте точку на той руке, со стороны которой вас мучают боли. Во время воздействия желательно находиться в состоянии покоя, чтобы больные суставы не двигались.



УНИВЕРСАЛЬНАЯ ТОЧКА

Бывает, что голова разболится на работе или в общественном месте, где не хочется привлекать внимание к своим действиям. На такой случай есть замечательная универсальная точка на руке, которую вы можете массировать сколько хотите, не привлекая внимания окружающих.

Массаж этой точки помогает при всех видах головной боли, связанных с напряжением мышц головы, лица, шеи, плеч и спины, при мигрени и гипертонии. Надавливание на эту точку также помогает при болях в животе, брожении и метеоризме, болезнях носоглотки, глаз, болях, связанных с нарушением менструального цикла.

Универсальная точка находится на тыльной стороне кисти. Чтобы найти ее, выпрямите все пальцы, большой палец прижмите к указательному. В основании этих двух пальцев образуется бугорок; это и будет искомая точка.

ВНИМАНИЕ!

- Ни в коем случае нельзя массировать поврежденную кожу.
 - Не следует делать массаж при хронических заболеваниях в стадии обострения, при опухолях, вирусных и инфекционных заболеваниях, после инфаркта или инсульта, при серьезных нарушениях психики и беременности, во время менструации и в состоянии алкогольного опьянения.
 - Метеозависимым людям желательно не делать массаж в период резких скачков атмосферного давления.
- Если вы решили проделать курс точечного массажа, постарайтесь на это время отказаться от острой пищи и алкоголя, с большой осторожностью можно ходить в баню и сауну, а лучше воздержаться.
- Поскольку точечный массаж вы делаете сами, значит, сами и должны помнить о противопоказаниях.

Надеемся, мы убедили вас в том, что точечный массаж — прекрасный способ самопомощи при разных видах боли. Его можно использовать однократно для снятия неприятных симптомов, а можно проделать курсом в несколько процедур, чтобы получить устойчивый результат.

Но при этом всегда следует помнить, что акупрессура отлично снимает симптомы, но если вы не будете лечить заболевание, симптомы будут возвращаться вновь и вновь.

Подготовила
Валентина ЖИЛИНА

ЛИЦОМ К ЛИЦУ

ЧТО ТАКОЕ АНТИСЕРН?

Собралась купить себе корректор и в витрине увидела средство, на ценнике которого было написано: «Антисерн». Спросила у продавщицы, что это за средство, та ответила, что это другое название корректора. Но я засомневалась в ее компетентности. Мне кажется, что у антисерна другое применение.

Вы правы. Назвать антисерн корректором, значит, покривить против правды. Обычно такое название имеют средства, произведенные французскими фирмами и предназначенные для маскировки темных кругов под глазами и мелких морщинок вокруг них. Антисерны содержат светоотражающие частицы и за их счет эти недостатки визуально становятся менее заметными. Но никакими другими маскирующими свойствами антисерны не обладают, ни покраснения, ни прыщи с их помощью не скроешь. Так что использовать его стоит только тогда, когда Вам нужно скрыть темные круги и мелкие морщинки под глазами.



ВИНОГРАДНАЯ МАСКА ВМЕСТО УМЫВАНИЯ

Хотите каждое утро видеть в зеркале свое сияющее отдохнувшее и молодое лицо, ощущать как кожа становится все более нежной и гладкой? Пока еще можно купить виноград нынешнего урожая, сделайте запас на зиму. Ежеутренняя виноградная маска-компресс позволит вам получить все эти ощущения и увидеть изменения.



Оборвите с кистей ягоды, и заморозьте. Вечером доставайте одну ягодку, оставляйте ее в холодильнике, чтобы разморозилась, утром вместо умывания протрите лицо косметическим молочком, надорвите кожицу на виноградине и протрите кожу соком с мякотью (одной ягодки вполне хватит). Занимайтесь своими привычными утренними делами, а через 15-20 минут смойте виноградную маску прохладной водой. После этого можно наносить макияж.

«ПРОСЛОЙКА» ДЛЯ СТОЙКОСТИ МАКИЯЖА

Кожа любого типа одинаково мерзнет на морозе, поэтому многие дамы стараются в холодное время года защитить кожу, накладывая макияж толстым слоем. А в помещении такой макияж начинает «плыть». Как добавить ему стойкости?

Самый простой способ — «прослойка».

- Нанесите на кожу основу, замаскируйте проблемные места консилером.
- С помощью кисти покройте лицо слоем детской присыпки.
- Опустите лицо в миску с холодной водой на 30 секунд.
- Дайте коже обсохнуть и нанесите свой обычный макияж. В холодной воде присыпка закрепляет основу на коже, и тональное средство ложится ровно и надежно.



ЧАЙ НЕ ТОЛЬКО ПЬЮТ

Чай — чуть ли не единственный продукт, который обязательно есть в шкафу любой хозяйки. И все его разновидности прекрасно подходят для косметических целей, так как любой чай содержит достаточное количество антиоксидантов, продлевающих молодость кожи, и кофеин с танином, дарящие ей бодрость и свежесть.

Зеленый чай дополнительно придаст коже тонус и продезинфицирует ее, белый — улучшит кровообращение, черный — добавит бодрости и поможет бороться со старением.

ВНИМАНИЕ! Старайтесь не делать чайные маски на ночь, у них очень сильный тонизирующий эффект. Их вообще следует делать не чаще 2 раз в неделю. Помните, что чай, особенно черный, обладает пусть и не сильным, но все-таки красящим эффектом.

ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

Смешайте, взбивая, 1 ч. ложку желтка и 1 ч. ложку оливкового масла. Нанесите этот состав на кожу лица, а поверх него растолченный в порошок зеленый чай. Через 20 минут смойте маску теплой водой.

Маска очищает кожу, повышает ее упругость, добавляет мягкости и нежности.

Разведите 0,5 ч. ложки засахарившегося меда, если у вас нет на него аллергии, теплым настоем зеленого чая и нанесите маску тонким слоем на лицо. Когда слой подсохнет, нанесите второй и дайте ему полностью высохнуть, затем все смойте теплой водой.

Маска отлично увлажняет и освежает кожу.

ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

Разотрите в порошок 0,5 ч. ложки сухой лимонной цедры, смешайте ее с белком, добавьте 3-4 капли лимонного сока и чайно-мучную

смесь, для которой разведите крепким настоем черного чая до состояния густой сметаны 1 ч. ложку муки. Перемешайте обе смеси и нанесите на кожу лица толстым слоем (можно в несколько слоев), через 30 минут смойте маску теплой водой.

Маска освежает кожу, убирает излишнюю жирность, стягивает поры и обладает легким отбеливающим эффектом.

Смешайте по 1 ч. ложке измельченных в порошок черного чая и сушеных цветков календулы, залейте 0,5 стакана кипятка, дайте настою остыть до теплого состояния, процедите, разведите им 1 ч. ложку дрожжей до состояния жидкой сметаны и загустите массу овсяной мукой. Нанесите маску на кожу лица толстым слоем, а через 25 минут смойте разведенным теплой водой чайным настоем.

Маска освежает кожу, очищает и сужает поры.

Если во взбитый белок добавить чуть-чуть настоя чая с календулой, несколько капель лимонного сока, а затем перемешать, это средство помо-

жет очистить кожу носа, удалив черные точки. Нанесите его на нос и вокруг него на места скопления точек, а через 20 минут смойте теплой водой и ополосните прохладной.

ДЛЯ УВЯДАЮЩЕЙ КОЖИ

Разведите 1 ст. ложку пшеничной муки свежим крепким настоем черного чая, добавьте к массе 1 ч. ложку желтка и жирную сметану, чтобы получилась масса, похожая по консистенции на сметану средней густоты. Нанесите маску на кожу лица, шеи и области декольте, а через 30 минут смойте теплой водой.

Маска освежает кожу, добавляет ей тонуса и разглаживает мелкие морщинки.

Смешайте 1 ч. ложку измельченного в порошок зеленого чая с 0,5 ч. ложки порошка какао, влейте в смесь 1 ч. ложку кипятка, дайте постоять 5 минут, затем добавьте 0,5 ч. ложки оливкового масла и нанесите состав на кожу лица, через 20 минут смойте теплой водой.

Маска отлично разглаживает кожу, питает и увлажняет ее.

ДЛЯ ВСЕХ ТИПОВ КОЖИ

Отлейте в блюдце 2 ст. ложки теплой свежей крепкой заварки любого чая, растворите в нем 0,5 ч. ложки меда и с помощью ватного тампона нанесите этот

лосьон на кожу в несколько приемов. Через 10-15 минут умойтесь прохладной водой.

Лосьон увлажняет и смягчает кожу.

Измелите 1 ст. ложку белого чая, смешайте полученный порошок с мякотью 1 киви и нанесите на кожу лица. Через 15 минут смойте маску теплой водой.

Маска отлично тонизирует, освежает кожу и подходит для особого случая.

Залейте 1 ч. ложку с горкой черного чая 1 стаканом кипятка, дайте настояться, процедите, добавьте к настою 1 ч. ложку лимонного сока и соль на кончике ножа, размешайте, разлейте по формочкам и заморозьте.

Протирайте лицо этим льдом по утрам. Такая процедура укрепляет сосуды и снимает отеки.

ОТВАР ДЛЯ ГЛАЗ

Доведите в кастрюльке до кипения 1 стакан воды, добавьте в нее 1 ч. ложку мелиссы или мяты, варите на слабом огне 5 минут, затем снимите, добавьте 1 ст. ложку без верха заварки черного или зеленого чая, накройте и дайте остыть. Процедите отвар и используйте для промывания уставших покрасневших глаз и в тех случаях, когда у вас появилось ощущение песка в глазах. Желательно не менее 4 раз в день, можно чаще. Оставшийся отвар можно хранить в холодильнике и слегка подогреть перед использованием.

УВЛАЖНЕНИЕ НЕ ПО ПРАВИЛАМ

Знаю, что в холодное время года увлажнять кожу можно только вечером, но у меня кожа слишком сухая и одного вечернего увлажнения ей недостаточно. Раз в неделю я делаю специальные маски, но все равно до весны я похожа на ящерицу: кожа как пергамент и шелушится. Как быть?

Такое пересыхание кожи связано, скорее всего, с неправильной работой салновых желез, которую провоцируют холодный ветер и мороз. Чтобы нормализовать их работу, пейте больше воды, это полезно и для всего организма.

А для местного использования можно добавлять в тональное средство перед нанесением капельку увлажняющего крема. Хорошо перемешайте оба крема и нанесите на кожу. Следите за тем, чтобы до выхода на улицу оставалось не менее 30 минут. В этом случае никакого вреда коже не будет.

Если Вы станете разбавлять тональное средство, есть смысл купить его на один тон темнее того, к которому Вы привыкли.



ТОЧНО В ЦВЕТ

«Я перепробовала много оттенков тональных средств, но ни одно из них не подходит мне идеально: цвет кожи получается между двумя ближайшими оттенками. Решила довести средство более темного оттенка до нужного, разбавив его кремом. Оттенок получился точь-в-точь, но средство оказалось очень жидким и сквозь него просвечивались все неровности и недостатки.

Тогда я решила развести кремом консилер. Эффект превзошел все мои ожидания. Поскольку у консилера более плотная текстура, при разбавлении он сохранил свои кроющие свойства, лег ровно и красиво. Уже второй год я пользуюсь именно таким тональным средством. Советую и вам попробовать». Алина, 25.

В ПОМОЩЬ НОВИЧКАМ

Если вы начали рисовать стрелки совсем недавно или всегда торопитесь, и из-за этого они не получаются одинаковыми, воспользуйтесь обычной невидимкой как шаблоном.

Жидкой подводкой обильно намажьте внутренние поверхности кончиков невидимки, приложите невидимку кончиками к уголкам глаз и надавите, чтобы подводка оставила отпечаток на коже. Самое сложное сделано, остается только закрасить стрелку изнутри и нарисовать линию вдоль века. Но это гораздо проще, чем нарисовать одинаковые стрелки.



КЛЮЧЕВОЕ СЛОВО

Обычно на тюбике или баночке крема, кроме названия, написано, для чего он предназначен и какое действие оказывает. Как найти оптимальное сочетание?

Если это дневной крем, его основное назначение — увлажнение и защита кожи. От ночного крема нам нужно питание, от крема-маски — восстановление и омоложение, а от сыворотки — укрепление кожи.

Ищите указания о действии средства на упаковке и вы будете уверены, что дадите вашей коже именно то, что ей нужно.



Подготовила Галина КРУПЕНИНА



ПРИЧЕСКА

НА
СКОРУЮ
РУКУ

Даже обычная коса будет выглядеть прической, если проявить немного фантазии, например, можно одну из трех прядей заплести отдельной косичкой, а потом вплести ее в косу.

ДЛЯ РАБОТЫ
И ПРАЗДНИКА

Эта несложная в исполнении прическа годится и для работы, и для выхода в свет. А главное, выполнить ее можно без посторонней помощи.

● Отделите спереди треугольный сектор волос по ширине лба и завяжите в хвост на уровне середины затылка.

● Найдите середину выделенного сектора над резинкой, раздвиньте в этом месте волосы и пропустите в образовавшееся отверстие волосы хвоста.

● Соберите оставшиеся волосы в хвост и завяжите его чуть ниже первого. Повторите процедуру пропускания волос сквозь отверстие. У вас должны получиться два жгута: один под другим.

● Из волос, оставшихся свисать свободно, заплетите очень рыхлую косу и закрепите тонкой резинкой.

● Оберните косичкой нижний жгут, спрячьте под него кончик косы и закрепите шпильками.

Поскольку прическа очень рыхлая, перед тем, как скреплять волосы шпильками, сбрызните их лаком для волос.



Женщинам, как известно, во все времена хотелось выглядеть красивыми. Конечно, пару-тройку веков назад в арсенале красоток не было такого количества средств по уходу, но заветные секреты были.

Простые русские женщины мыли свои длинные волосы щелоком (настоем обычной древесной золы), а потом ополаскивали настоем зверобоя.

Если была возможность достать водку или самогон, делали из зверобоя настойку (лосьон). Для лосьона надо залить 5 ст. ложек сухой травы зверобоя 0,5 л водки или самогона, дать постоять в темном месте неделю, а затем процедить. Лосьон было принято втирать в кожу головы и волосы перед мытьем, а настоем ополаскивать волосы после мытья.

Чтобы приготовить настой, заливали 2-3 ст. ложки измельченной травы зверобоя 2 литрами кипятка (для длинных волос), давали остыть до теплого состояния, процеживали и несколько раз ополаскивали волосы.

Возможно, именно благодаря этому настою, волосы большинства русских женщин были красивого золотисто-русого оттенка, так как под солнцем зверобой немного высветляет отдельные прядки.

Но в холодное время года можно пользоваться этим лосьоном и настоем без опаски: зимой солнце балует нас редко, а волосы закрыты головным убором.

От применения лосьона вы получите не только природное мелирование, но и мягкие, блестящие и здоровые волосы.

ВНИМАНИЕ! Если ваши волосы окрашены, опробуйте действие лосьона и настоя на маленькой прядке. Какой эффект даст сочетание зверобоя и краски именно на ваших волосах, предсказать не возьмется никто.

ПОВТОРНОЕ ОКРАШИВАНИЕ

У меня темно-русые волосы. Я хотела их осветлить, оставила краску подольше, чтобы они наверняка обесцветились, а в результате сожгла кожу головы. Теперь придется подкрашивать корни. Как мне быть? Ведь, если я буду держать краску меньше времени, разница в цвете волос и корней останется, а если буду держать, как в прошлый раз, опять сожгу кожу.

Все средства для окраски надо наносить на немые волосы. Кожный жир предохраняет кожу головы от химического ожога. В следующий раз перед окрашиванием не мойте голову два-три дня.

ПРИЧИНА В ШАМПУНЕ

Я всегда хотела иметь волосы, как на картинах Тициана, поэтому выкрасила их в медный цвет. Но окрашивание почему-то привело к появлению перхоти. А когда я вымыла голову шампунем от перхоти, этот красивый цвет практически полностью сошел, хотя после окрашивания прошло всего две недели.

К сожалению, пигменты, окрашивающие волосы в красные и рыжие оттенки, самые нестойкие, они хуже других держатся на волосах. Поэтому после окрашивания их можно мыть только специальным шампунем для окрашенных волос и пользоваться таким же кондиционером. А если возникнет потребность в средстве от перхоти, пользуйтесь аптечными шампунями, они не съедают цвет.

ДЛЯ КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ ВАШИХ ВОЛОС

Поддержание цвета и красоты окрашенных волос требует не только применения специальных шампуней, но и масок.

ВОССТАНАВЛИВАЮЩАЯ МАСКА

Активные компоненты средств для окрашивания волос иногда нарушают структуру волос и негативно действуют на кожу головы. Результатом может стать хрупкость волос, их выпадение, зуд и перхоть.

Маску, которую мы вам рекомендуем, желательно применять через неделю после окрашивания, чтобы восстановить кожу головы.

Смешайте 0,5 ч. ложки масла ростков пшеницы и 2 ст. ложки сливок. Нанесите маску на кожу головы и волосы, оберните голову полиэтиленовой пленкой и укутайте полотенцем. Через 20 минут вымойте голову шампунем.

УСПОКАИВАЮЩАЯ МАСКА

Смешайте 50 г жирного творога, 100 мл светлого нефильтрованного пива и 1 взбитое яйцо. Нанесите маску на сухую кожу головы и волосы,

оберните голову полиэтиленовой пленкой, а поверх нее — полотенцем. Через час вымойте голову шампунем.

Маска успокаивает и восстанавливает кожу головы.

Подготовила Галина УШАКОВА

ФИТОВАННА ОТ ДЕПРЕССИИ



Поздняя осень — время, когда если не депрессии, то осенней хандре подвержены многие люди. Конечно, можно пить успокоительные и снотворные препараты, а можно пойти другим путем.

Как известно, есть много натуральных средств, которые можно добавить в воду, принять ванну и получить тот же эффект, что и от таблеток.

ВОТ САМЫЕ ЦЕННЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ВАНН

ЛАВАНДА отгоняет тревожные мысли, снижает давление, очищает и омолаживает кожу.

ВАЛЕРИАНА помогает предотвратить невроз, снимает спазмы, урежает пульс.

ХВОЯ ЕЛИ, СОСНЫ И ПИХТЫ лечит депрессию и переутомление, способствует выведению из организма вредных веществ и комплексному очищению. Для ванн можно использовать как хвою, так и масло.

МЯТА успокаивает, снимает приступы мигрени, укрепляет иммунитет.

Для большего эффекта растительные ванны можно чередовать с **МЕДОВЫМИ**. Для них следует размешать 1 стакан меда в 1 литре молока, добавить 5 капель масла лаванды или розмарина и вылить в воду.

Такие ванны полезны не только для общего здоровья, но и для кожи.

КАК ДОБАВЛЯТЬ

Обычно достаточно залить 0,5 л кипятка 2–3 ст. ложки растительного сырья (сухие растения или хвоя), дать настояться, процедить и вылить в воду. Если вместо сырья вы используете эфирные масла, то начинать лучше с 6 и постепенно доводить количество капель до 10 — это максимальная доза. Желательно сначала смешать масло с молоком или обычной поваренной солью и только потом добавлять в набранную ванну (нельзя добавлять масло в процессе наполнения ванны водой).

ВНИМАНИЕ! Если вы используете растительное сырье или масло впервые, сначала сделайте пробу на коже у сгиба локтя.

КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ

Успокаивающее средство добавляйте в воду с температурой 36–38°. Не забудьте перед лечебной ванной принять гигиенический душ и смыть макияж. Фитованны желательно принимать через два дня на третий, в любом случае не чаще, чем через день — от 10 до 20 минут. Время принятия ванны желательно увеличивать постепенно.

Лечебный эффект достигается курсом не менее, чем в 10–15 процедур.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

Фитованны противопоказаны при сахарном диабете, ишемической болезни сердца III–IV степени, во время обострения гипертонии, а также при острых воспалительных процессах, во время второй недели беременности и при аллергии на добавки.

ТОЛЬКО ПО НЕОБХОДИМОСТИ

Обычно осенью и зимой моя нормальная кожа становится сухой, поэтому я каждый день пользуюсь увлажняющим кремом для тела. Но к весне на спине появляется большое количество прыщей и кожа становится жирной на ощупь. Значит ли это, что я неправильно ухаживаю за ней? А как правильно?

Причиной изменения жирности кожи часто является неоправданно частое применение увлажняющих средств. Сухой воздух и на улице, и в помещении высушивает только верхний слой кожи, его клетки быстро отмирают, создавая ощущение сухости и шелушение. Поэтому дерматологи советуют регулярно делать пилинг и прислушиваться к своим ощущениям, чтобы использовать увлажнение лишь тогда, когда кожа сильно стянута.

Если же просто мазать ее каждый день кремом или лосьоном, независимо от того, нуждается кожа в увлажнении в этот день или нет, оно может быть чрезмерным. И единственный способ, которым бедная кожа может от него защититься, это повышение выработки кожного сала.

Поэтому, чтобы кожа не стала жирной, используйте увлажняющие средства только по необходимости.



ОТ ТРЕЩИН НА КОЖЕ



Если по той или иной причине вам приходится часто снимать на холоде перчатки, или вы работаете в плохо отапливаемом помещении, то наверняка, страдаете от того, что кожа на пальцах вокруг ногтей часто покрывается мелкими, но очень болезненными трещинками. Пока внутренняя поверхность трещинки не покроется слоем новой кожи, эта ранка болит и, постоянно напоминая о себе, мешает работать.

Чтобы ранка быстрее затянулась и меньше болела, сразу после ее появления делайте несколько раз в день (хотя бы один раз) ванночки с календулой.

Залейте 1 ст. ложку цветков календулы 1 стаканом кипятка, дайте остыть до теплого состояния и процедите. Опустите пальцы рук в теплый настой календулы и держите, пока он не остынет. Если у вас нет времени на ванночку, смочите в настое ватный тампон, оберните им палец с трещинкой и наденьте напальчник. Через полчаса снимите его и уберите тампон.

ВНИМАНИЕ! Не оставляйте напальчник на ночь. Он перетягивает палец и нарушает в нем кровообращение.



ТРИ ВИТАМИНА ДЛЯ КРАСОТЫ

Неважно, будет ли это аппетитный витаминный комплекс, или вы станете есть больше продуктов, содержащих витамины, но если вы хотите сохранить красоту и молодость кожи, в вашем рационе должны присутствовать витамины А, С и Е. Они помогают сбалансировать уровень увлажненности кожи, стимулируют рост новых клеток, помогают бороться со свободными радикалами и работают как самые эффективные антиоксиданты.



ПРИЗНАК ЗДОРОВОЙ БЕРЕМЕННОСТИ

Спросите любую маму или беременную, перешагнувшую второй триместр и услышите, что самое неприятное во время беременности — это утренняя тошнота. И хотя она является признаком того, что беременность развивается нормально, тошнота не позволяет есть сколько надо и так часто, как это требуется для здоровья мамы и малыша. Обычно, помучившись немного, будущая мама находит какое-то средство, способное облегчить утреннюю тошноту. Возможно, их опыт поможет и вам.

«Я с вечера ставила у кровати корзиночку с фруктами, батончиками-мюсли или фруктовыми батончиками и леденцами. Ела, не вставая с постели». **Яна, 25.**

«Никакая твердая пища во мне не держалась, поэтому я питалась по утрам детским фруктовым и овощным пюре». **Юля, 27.**

«Первые три месяца я не могла есть мясо в любом виде. Пришлось по утрам вместо привычного бутерброда перейти на яичницу-болтунью. И я наедалась, и для малыша полезно». **Светлана, 32.**

«Я спасалась свежими овощами и фруктами, пока они были местными, потом перешла на консервированные. К тем, что круглый год продают в супермаркетах, у меня доверия не было и нет». **Ольга, 33.**

«Тошнота была такой сильной, что я не всегда могла встать, чтобы хотя бы попить. Купила детский стаканчик с крышечкой и длинной соломинкой, пила лежа. Потом купила еще один — под сок с мякотью — это была уже еда». **Анна, 28.**

«Снять тошноту мне помогал чай из заваренного кипятком ломтика лайма или двух кусочков имбиря и ломтика лимона. Если пить такой чай с медом, даже есть не очень хочется». **Татьяна, 34.**

ДИАГНОЗ НА ГЛАЗ

Организм сам посылает нам сигналы о своем самочувствии, вот только мы не всегда замечаем их или умеем распознавать.

Например, люди с длинными узкими ладошками чаще бывают склонны к гипертонии, чем те, у кого ладони широкие.

Каждое утро, подходя к зеркалу, внимательно посмотрите себе в глаза. Определить, не повышен ли уровень холестерина в вашей крови, можно и без анализов. Об этом свидетельствует тонкая белая линия вокруг зрачка.

Еще один тревожный знак — небольшие желтоватые пятнышки на веках или вокруг глаз.

Заметили такие изменения? Отправляйтесь к врачу и сдавайте анализы.

Отличным показателем общего состояния здоровья, данного нам природой, являются обычные отпечатки пальцев. Простые линии и дуги свидетельствуют о том, что здоровье вы получили крепкое и, главное, не испортить его. А вот отпечатки в виде петель и пересекающихся линий часто

бывают у тех, кто склонен к частым повышению давления.

О проблемах со здоровьем можно судить по цвету языка (мы уже писали об этом), по форме и цвету ногтей и кожи. Очень часто организм посылает нам знаки о появившихся проблемах со здоровьем, когда они еще никак не проявляются, поэтому обращайте внимание на любые изменения в своей внешности.

Подготовила Галина КРУПЕНИНА

НОВОСТИ МАНИКЮРА

Предстоящей зимой мода на маникюр очень демократична. Можно ходить с короткими ногтями, с длинными, с овальными или квадратными, можно красить их в яркие насыщенные цвета или натуральные оттенки, украшать рисунками или оставлять без украшений, выбирать матовый лак или блестящий металлик. А хотите, чтобы ваш маникюр был модным, наносите на ногти похожее на разноцветный песок покрытие, украшайте их шипами, клеите пайетки на фалангу выше ногтя, пишите на ногтях буквы. Самый писк — это типсы с дырочками.



Мне всего 24 года. Два года назад перенесла воспаление придатков, но боли мучают до сих пор. При УЗИ обнаружили отклонение матки вправо и кистозные образования правого яичника. Отчего все это произошло? Смогу ли я в будущем забеременеть?

Скорее всего, все Ваши проблемы — следствие перенесенного воспаления. Матка отклонилась в сторону из-за наличия спаек, кистозные образования тоже появились из-за перенесенного воспаления придатков.

Для устранения этих неприятностей необходимо два раза в год (весной и осенью — в период вероятных обострений хронических заболеваний) проводить поддерживающую и рассасывающую терапию, в которую входит медикаментозное лечение, направленное на улучшение общего и местного обмена веществ, а также физиотерапевтическое лечение и лечебная физкультура. Все эти мероприятия вкупе повысят шансы и наступления беременности, и нормального ее вынашивания.



СЕНСОРНЫЙ МАССАЖ

Все знают, как полезно ходить босиком по неровной поверхности, ведь на подошвах есть активные точки, воздействующие на все внутренние органы. Для лучшего развития детям необходимо хотя бы недолго каждый день ходить босиком по сенсорным коврикам. Такой коврик можно купить, а можно смастерить самим.

Некоторые мамы составляют сенсорные коврики из обычной тары для яиц, укладывая упаковку в несколько слоев. Разложить и убрать такой коврик — дело пары минут.

Но кто-то идет дальше и просто прикрепляет к половнику все, что можно найти в доме: коврики для ванной комнаты, губки для посуды, бамбуковые китайские коврики, застежки-липучки, карандаши, пуговицы.

Занимаясь с ребенком лет трех, приучите его ходить по такому коврику попеременно — ножками и на руках, держа его при этом за ноги.

Если хотите развивать у своего чада не только сенсорику, но и речь, называйте ему прикрепленные к коврику предметы, и усложняйте «тренировку».

Сначала пусть он учится без ошибок наступать на предмет, который вы называете, а потом просите его самого называть предметы, на которые он наступает.

ДЕРМАТОЛОГ

ОТВЕЧАЕТ

Кандидат медицинских наук

Ольга ДЕМЬЯНОВА

Права ли, что если не лечить контагиозный моллюск, он пройдет самостоятельно и больше не появится? И насколько эта инфекция опасна вообще? Дело в том, что нашему сыну (3 года) уже несколько раз удаляли моллюск. У него уже при виде белого халата начинается истерика, а болячка снова повторяется. Может, просто оставить его в покое и не мучить?

Истинная правда! Контагиозный моллюск — вирусная инфекция, которая не приносит ощутимого вреда здоровью и уж тем более не опасна для жизни. Течение инфекционного процесса определяется состоянием общего и местного (кожного) иммунитета человека. Поэтому у людей со сниженным иммунитетом (на фоне заболеваний, лечения иммуносупрессивными препаратами) или с нарушением защитных свойств кожи (например, при атопическом дерматите) контагиозный моллюск может быть весьма распространенным и упорным.

При нормально работающей иммунной системе инфекция разрешается без особых проблем самостоятельно, оставляя стойкий иммунитет. Правда, этот процесс может занять 3-5 лет.

Исходя из этого, нет никакого резона мучить и пугать детеныша. Если уж необходимо убрать элементы моллюска с кожи (например, требуют в детском саду или спортивной секции), есть более цивилизованные способы. Выпускается препарат «Стоп-моллюск», который наносят 2 раза в день на узелки до появления воспаления. После этого узелки подсыхают и проходят.





ОТВЕТЫ мамам

У моего девятилетнего сына после открытого перелома обнаружили остеомиелит лучевой кости.

Мы долго лежали в больнице, нам провели несколько курсов антибиотиков. При выписке на рентгене в общем все неплохо, но отметили какие-то особенности. Нельзя исключить хронический процесс. После выписки наш участковый педиатр сказала, что за здоровьем мальчика теперь придется следить всю жизнь: время от времени делать снимки, обследоваться и, возможно, проходить очередной курс лечения. Зачем?

К сожалению, открытые переломы — частая причина возникновения остеомиелита. Это тяжелое заболе-

вание, при отсутствии своевременного и адекватного лечения, может вызвать такие серьезные последствия, как образование ложного сустава, костный склероз, анкилозы, деформации костей, нарушение их роста. Существует хронический остеомиелит, который характеризуется чередованием стадий обострения и улучшения.

Ремиссия — улучшение — может длиться как несколько недель, так и годы. В этот период симптомы утихают. Для уточнения диагноза рекомендуется МРТ или РКТ, возможно использование фистулографии (необходима при наличии свищей).

После снятия острой симптоматики детям необходима реабилитация. Остеомиелит у ребенка продолжают лечить и после стационара. Амбулаторно проводят массаж и лечебную физкультуру. Производится санация пораженных областей и бальнеотерапия. Стационарное лечение ребенок проходит регулярно два раза в год. В этот период проводятся десенсибилизирующая, лазеро-, магнито-, витаминотерапии. Используются иммуномодуляторы. Назначается электрофорез и антибиотики. Раз в полгода делается рентген, потом, для контроля, один раз ежегодно в течение трех лет. Ребенку может быть показано санаторно-курортное лечение

На вопрос отвечала врач-педиатр,
кандидат медицинских наук
Александра ЕМЕЛЬЯНОВА

На вопросы отвечает
врач-дерматовенеролог,
кандидат медицинских наук
Ольга ДЕМЬЯНОВА



Мне 37 лет. У меня есть дочка 8 лет. Еще до беременности я перенесла рак шейки матки в начальной стадии. Я много читала на эту тему и знаю, что это заболевание связано с вирусом папилломы человека. Кроме того, если в семье были случаи рака шейки матки, то риск сильно увеличивается. Конечно, я очень переживаю за дочку! Есть ли смысл сделать ей прививку от ВПЧ, пока не поздно?

Думаю, что смысл есть. Тем более, что возраст еще подходящий, половой жизнью она пока не живет. Как раз с 9 лет и проводится вакцинация.

Существует четырехвалентная вакцина против 6, 11, 16 и 18-го типов ВПЧ. Она предназначена для профилактики рака и предраковых поражений шейки матки, вульвы, влагалища, анального рака и аногенитальных кондилом у женщин и аногенитальных кондилом у мужчин в возрасте от 9 до 26 лет.

Вакцина рекомбинантная, не живая (то есть самих вирусов не содержит и инфекцию вызвать не может). Обладает только профилактическим эффектом (то есть, если вирус в организме уже есть, то вакцина его не убьет и не прогонит). Но если даже привьете дочку, обязательно объясняйте ей в дальнейшем, что много половых партнеров быть не должно, а вакцинация — это не значит, что всё можно.

СОРТЕР — ЛУЧШИЙ ДРУГ РОДИТЕЛЕЙ

Примерно в возрасте от года до полутора все малыши с удовольствием сортируют кубики по цветам, рассовывают фигурки разной формы и размера в соответствующие отверстия. Такое занятие одновременно развивает и мелкую моторику, и внимательность, и усидчивость, и глазомер. В магазине игрушек приспособления для таких игр называются «сортер», что в переводе с датского означает «сортировщик». Чаше всего эти игрушки недешевы. Есть ли смысл покупать их, если играет в них малыш недолго, а самим мастерить простейший сортер можно из подручных материалов? Например, из пластиковой бутылки с горлышком диаметром 3-4 см и пробок от винных бутылок. Нет пробок? Соберите на улице каштаны и найдите бутылку с горлышком пошире. Бросать в бутылку можно даже макароны. Главное, чтобы малыш не мог пораниться о те предметы, которые надо сортировать.

Еще одно несомненное достоинство такой игры: она очень увлекательна для малыша, а мама то время, когда ее чадо занято сортировкой, может посвятить своим делам или отдыху.



УЧИМСЯ СЧИТАТЬ ПРАВИЛЬНО

Обычно детишек сначала учат считать, используя пальчики и предметы, потом устно, затем учат с ними буквы, а вот до цифр, как правило, дело не доходит.

Учителя же начальных классов считают, что детям, которые хорошо умеют считать и до ста, и даже до тысячи, трудно потом соотнести устный счет с написанными цифрами и числами. Поэтому счету надо обучать, одновременно показывая написание цифр. Лучше всего это делать с помощью специальных карточек.

Нарисуйте на основном поле карточек разные знакомые ребенку предметы в количестве от одного до десяти, а справа напишите на полях три цифры по порядку, одна из которых соответствует количеству изображенных предметов. Сначала учите малыша считать, сколько предметов нарисовано на карточке, потом показывайте, как выглядит нужная цифра. Отмечайте ее прищепкой. Постепенно расширяйте количество выученных цифр.

Чтобы понять, усвоил ли ребенок счет и написание цифр, уберите прищепку и дайте ему задание сосчитать предметы на картинках, назвав или отметив нужные цифры.

Подготовила Галина УШАКОВА



Из истории вещей ОТ «ПОЯСОВ ВЕРНОСТИ» ДО БЮСТГАЛЬТЕРОВ С БРИЛЛИАНТАМИ (история женского белья)

Представления о красоте и прелестях женской фигуры на протяжении веков неоднократно менялось и нижнее белье — яркое тому подтверждение.

ОТ НАБЕДРЕННЫХ ПОВЯЗОК ДО СТРАФИОНОВ

Надевая белье, мы редко задаемся вопросом: откуда оно произошло и как приобрело привычный для нас вид. Ведь его главная функция — делать женщину привлекательной, обеспечивая ей комфорт и гигиену.

Но обратимся к глубо-

кой древности.

В Древней Греции и Египте прообразом бюстгалтера были кожаные ленты и лоскуты, которыми подвязывали грудь. Знатные дамы древности обматывали грудь и бедра бинтами, а рабыни и слуги носили набедренные повязки или

оставались нагими.

Жительницы Древней Греции и Рима ходили в туниках и хитонах, подвязывая их под грудью лентами из текстиля или кожи — страфионами. Их надевали для занятий танцами или спортом.

КОРСЕТЫ, КАМИЗЫ И ТРУСИКИ

Долгое время неотъемлемой частью женского гардероба был корсет. Первое упоминание о нем датируется II тысячелетием до нашей эры, к этому же времени относятся многочисленные фрески и статуи, обнаруженные при раскопках на территории Микен и Крита. Гречанки под туникой носили широкие ленты, которые называли «le sester» и

использовали для поддержания груди, а также кожаные ремни, которыми стягивали живот. У римлянок в подобном приспособлении появляется шнуровка. Кстати, корсетами пользовались и мужчины, но у них корсеты предназначались для защиты тела и изготавливались из

кожи и металла. В таком качестве они существовали вплоть до XVI века.

А в X веке были популярны камизы — нагательные рубашки прямого покроя из хлопка, льна или шерсти с круглым вырезом и длинными рукавами. Они украшались лентами, вышивкой из золотых и серебряных нитей и могли быть просторными или облегчающими — в зависимости от времени года и сословия владельца.

Женские панталоны стали популярны только в конце XVIII века. Интересно, что церковь была против нижнего белья. Было издано два эдикта, которые категорически запрещали изготовление «дьявольской безделицы».

Но вернемся в Средневековье. В те времена, вместо того чтобы подчеркивать достоинства женского тела, корсеты были призваны сделать грудь плоской. С помощью железных приспособлений они выравнивали талию и скрывали грудь, придавая женской фи-

ской фи-

нижней одеждой — панталонами.

В эпоху Возрождения в моду вошли женственные изгибы тела и, чтобы придать своей фигуре очертания песочных часов, женщины шли на крайности, затягивая корсеты так туго, что ребра смещались и даже ломались. Некоторые дамы, переставшись с шнуровкой, падали в обморок.

В середине XVII века возвращается мода на поднятую открытую грудь и тонкую талию. Екатерина Медичи вводит строгий стандарт для дам высшего круга, при котором талия должна быть чуть более 33 сантиметров! Для корсетов наступил период расцвета. Их стали шить из шелка, украшать лентами, кружевами и вышивкой, а железные вставки, которые использовались ранее, заменили китовым усом.

ПЕРВЫЕ МАГАЗИНЫ

В XVIII веке стали появляться магазины женского белья при мастерских белошвейек. В них можно было и заказать, и приобрести белье.

В конце того же века в моду вошли легкие муслиновые платья — с большим декольте, обнажающим плечи, и с поясом под грудью. Под эти платья дамы носили облегчающее трико телесного цвета.

В начале XIX века в женском гардеробе прочную позицию заняли панталоны: отделанные кружевом, длиной до середины икры, а летом дамы носили короткие штанишки до колен, которые напоминали собой юбки, скрепленные между ног.

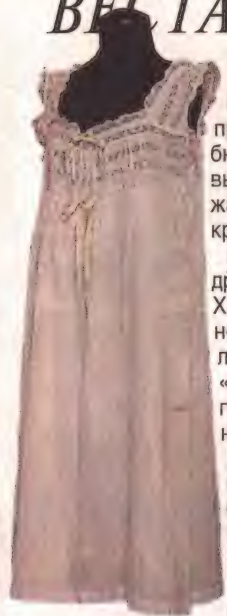
Настоящей революцией в дамском белье стал отказ от корсетов в их изначальном назначении. Они стали менее тугими и громоздкими, лиф не затруднял дыхание, а лишь поддерживал грудь и потому получил название brassiere (франц.), что в переводе значит «поддержка».

ОТ МНОГОСЛОЙНОСТИ К БЮСТГАЛТЕРУ

В конце XIX — начале XX века носили многослойную одежду. Одно только белье весило больше 2 кг. В него входили: чулки, панталоны, сорочка, корсет, длинная нижняя юбка с воланами, кофточка, которую надевали на корсет, подушечка для турнюра, еще одна нижняя юбка — из плотной ткани, корсаж и верхняя юбка или платье.

Стремительно ускорявшийся ритм жизни привел к созданию в 1896 году «Общества борьбы по упрощению женской одежды». Именно тогда появился термин «нижнее белье».





Во Франции в 1889 году Эрмине Кардоль в своей мастерской представила прототип современного бюстгалтера: две сатиновые ленты, на которых держались чашечки, и все это крепилось к корсету.

А в Германии в 1899 году дрезденская швея Кристина Хардт представила экспертной комиссии местной палаты изделие, которое «поддерживает женскую грудь, насколько не стесняя ее природной формы».

В 1903 году в Парижской медицинской академии был опробован бюстгалтер врача Гош Саро.

Из корсета, разрезав его на две части, она сделала бюстгалтер и пояс с

пришитыми к нему держателями для чулок.

Но всемирное признание получил предмет туалета, запатентованный в 1914 году в Америке. Мэри Фелпс Джекобс назвала свое изобретение «беспинный лифчик» и продала патент корсетной компании братьев Уорнеров в Бриджпорте за 1,5 тыс. долларов.

Кстати, за 30 лет продаж производство бюстгалтеров принесло этой компании доход в 15 миллионов долларов.

МОДНИЦЫ РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ

Белье в Российской Империи поражало своим разнообразием и мастерством. Модницы буквально купались в пене из кружев: ими были отделаны лифы, юбки и блузы, подвязки и пояса чулок, ночные сорочки. Молодоженам белье преподносили в дар — оно было обязательной частью девичьего приданого. Нижнее белье заказывали белошвейкам, которых в дореволюционной России было огромное множество. Дворянки, мещанки и другие городские жительницы могли купить готовое нижнее платье и в частных ателье.

На рубеже XIX-XX веков стали выпускать журналы мод, значительная часть которых была посвящена нижнему белью.

ЭМАНСИПАЦИЯ ДВАДЦАТЫХ И РОСКОШЬ ТРИДЦАТЫХ

В 20-е годы прошлого века появился новый эталон женской красоты. Девушки-эмансипе.

Стрижки «под мальчика», субтильные фигурки и короткие прямые платья шли вразрез с представлениями о женственности, пленительности форм и сексуальности. Естественно, в моду должно было войти совсем другое белье. Не



корсеты, утягивающие талию и делавшие женскую фигуру соблазнительной, а легкие сорочки и штанишки — не стесняющие движений. Не декольте и панталончики, щедро расшитые кружевами и вышивкой, а впервые заявившие о себе разноцветные бюстгалтеры и трусики.

Но женщины — есть женщины, и вскоре белье стали отделять и кружевом, и вышивкой, и воланами, и лентами. Они стали по-прежнему красивыми, но более удобными и приспособленными для повседневной жизни.

Все это продолжалось чуть ли не целое десятилетие.

Но к 30-м годам мода на красоту и чувственность вернулась. Теперь появились бюстгалтеры, которые подчеркивали не хрупкость и мальчишеские формы, а красоту пышной женской груди и... стройные бедра. Стали популярными женские пояса. А когда компания Dunlop Rubber изобрела латекс, стало возможным массовое производство белья разных размеров.

ВОЗМОЖНОСТЬ МЕНЯТЬСЯ КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Сейчас бюстгалтеры украшают разными видами кружев, металлизированными нитями, стразами, лентами, бисером и драгоценными камнями. Также различают итальянскую сетку, которая не учитывает объем под грудью: 1, 2, 3 — соответствует европейскому размеру 70A, 75B, 80C.

В девяностых годах прошлого века был изобретен первый приподнимающий грудь бюстгалтер — Wonderbra...

И с этого момента индустрия женского белья стала применять в своем производстве новейшие достижения науки и техники, а главной ее задачей стало удовлетворение самых экстравагантных причуд потенциальных покупательниц.

Например, появился бюстгалтер, который можно надеть с помощью микронасоса, приводимого в действие специальной кнопкой.

Бюстгалтер с микрочипом может изменять частоту сердечных сокращений и давление.

К очередной годовщине Моцарта фирма Triumph выпустила музыкальный бюстгалтер, исполняющий одну из популярных мелодий композитора.

А в начале 90-х, говорят, на свет появился бюстгалтер из чистого золота, весивший 24 или даже 25 карат.

С 1996 года Victoria's Secret каждый год выпускает венец своей коллекции белья — бюстгалтер с драгоценными камнями — Hot Fantasy Bra. Пройтись в таком белье по подиуму — большая честь.

А в 2000 году в зарубежных СМИ появилась информация о том, что знаменитая модель Жизель Бундхен надевала на себя самый дорогой в истории бюстгалтер стоимостью 15 миллионов долларов.

И хотя стремиться подражать Жизель нормальному человеку вряд ли придет в голову, сегодня мы имеем возможность выбирать белье на любой вкус.

Оно дает нам возможность подчеркивать или менять свой образ хоть каждый день.



Подготовила
Ирина ГЕТМАНСКАЯ

КЛЮКВА — кислый шарик

— *Oxycoccus Pers*

Вечнозеленый кустарничек семейства вересковых со стелющимися надземными побегами длиной до 75 см. Название *Oxycoccus* дано клюкве из-за особенностей плодов. Оно происходит от греческих слов *oxus*, что значит «кислый», и *kokkos* — «шарик».

Стебли тонкие, нитевидные. Листья очередные, мелкие, кожистые, яйцевидные или продолговатые, длиной до 1,5 см, с подвернутыми вниз краями, сверху глянцевитые, темно-зеленые, снизу — беловатосизые от воскового налета. Годичный прирост побегов клюквы достигает 30 см, поэтому она разрастается с большой скоростью.

Цветки клюквы красновато-розовые, собраны по 2-6 в зонтиковидные кисти, расположенные на концах побегов на длинных цветоножках. В каждом цветке 4 сильно отогнутых назад лепестка, 4 округлых чашелистика, 8-10 тычинок и пестик с нижней завязью. Цветет клюква в мае-июне, созревает в сентябре. Плод — шарообразная темно-красная ягода диаметром до 18 мм, кислого вкуса, сохраняется на растении до весны, поэтому клюкву можно собирать не только осенью, но и весной, после схода снега. Перезимовавшие ягоды не только не теряют вкусовых и полезных качеств, но и становятся более сладкими.

В холодных и умеренных областях Евразии и Северной Америки произрастают 4 вида клюквы. В тундровой



и лесной зонах по всей России широко распространена клюква четырехлепестная, или обыкновенная (*O. quadripetalus*). Это типичное болотное растение образует обширные заросли на сфагновых и торфяных болотах, а также встречается в заболоченных редколесьях.

Ягоды клюквы содержат сахара, пектиновые и дубильные вещества, соли калия, витамины **С, В₁, В₂, Р,**

РР.

В них накапливаются органические кислоты, в том числе яблочная, лимонная и бензойная, обладающая противомикробными, консервирующими свойствами, благодаря чему плоды клюквы сохраняются свежими и не портятся в прохладных условиях длительное время.

Целебные свойства плодов клюквы и сокращение ее ареала, вслед-

КАК ВЫРАСТИТЬ ГАРДЕНИЮ ИЗ СЕМЯН

Я не раз заводила гардению — мне нравится ее запах. Но это растение такое капризное, и всегда погибало. Недавно я нашла в магазине семена и решила попробовать вырастить цветок из семян. Может быть, выращенная в условиях квартиры, гардения будет менее капризна? Купила семена, посеяла. Взошло четыре растения, но со временем осталось два. Я пересадил сеянцы в горшок побольше. Прошло полтора года и растения выросли уже до 15 см. Одна проблема, они стоят как пальмы: голый стебелек, а на макушке пучок листы — правда крепкой и зеленой. Растут мои гардении хорошо, не осыпаются, но и не ветвятся.

Как вырастить из растения куст? Наверное, нужно прищипывать, но я не могу: рука не поднимается. Столько я с ней намучилась! Как же быть? Везде пишут, что надо прищипывать, а мне страшно, вдруг погибнет!



ствие осушения болот, заставляют вводить это растение в культуру.

Клюква хорошо размножается с помощью черенков с ранней весны до поздней осени. Плантации культурной клюквы уже есть в Карелии и Костромской области.

А в США в культуру ввели другой перспективный вид клюквы — клюкву крупноплодную (*Oxycoccus macrocarpa*), имеющую ягоды около 1 см в диаметре.

Клюкву издавна используют в медицинской практике. Благодаря высокому содержанию витаминов она получила известность как бодрящее, активизирующее умственную деятельность и укрепляющее сосуды средство. В официальной медицине клюкву применяют при авитаминозах и воспалительных заболеваниях.

Ягоды и экстракт ягод — замечательное жаропонижающее, прохладительное и противогрибковое средство, их также используют для усиления действия антибиотиков и сульфаниламидов.

РЕЦЕПТЫ НАРОДНОЙ МЕДИЦИНЫ

Клюква усиливает секрецию желез желудочно-кишечного тракта, используется для лечения гастритов с пониженной секреторией.

Плоды клюквы назначают как средство, возбуждающее аппетит и улучшающее усвояемость пищи.

Клюквенный сок и морс оказывают целебное действие при заболеваниях мочевыделительной системы, в частности при пиелонефрите.

Они не только оказывают бактерицидное и противовоспалительное действие, но и усиливают эффективность других лекарственных препаратов.

Свежие ягоды клюквы и экстракт из них стимулируют выделение желудочного сока и сока поджелудочной железы. Рекомендуются для лечения гастрита с пониженной кислотностью желудочного сока и воспаления поджелудочной железы.

Клюквенный сок с медом употребляют при простудных заболеваниях, особенно сопровождаемых сильным кашлем, при анги-

не, ревматизме и других заболеваниях.

При пиелонефрите используют свежемороженую и перетертую с сахаром клюкву. При этом рекомендуют съедать перед сном 1-2 горсти целых ягод или 2 ст. ложки протертых с сахаром.

Благотворное воздействие оказывает, именно съеденная на ночь клюква.

Очень полезна клюква для беременных.

Для очищения и заживления гнойных ран применяют свежий сок ягод — с ним делают примочки.

Ягоды клюквы добавляют в пищу больным с бессолевой диетой.

Клюква связывает и выводит радиоактивные элементы и тяжелые металлы.

При жирной коже с расширенными порами рекомендуются маски из клюквы: взбить 2 ч. ложки яичного белка, а затем, медленно помешивая, влить 1/2 ч. ложки клюквенного сока.

Маску наносят на 4-5 минут, а затем смывают ватным тампоном, смоченным в холодной чайной заварке.

Лилия ГЛЕБОВА



К сожалению, другого способа формирования куста у гардений, кроме прищипки, нет. А взрослые растения еще можно обрезать.

Ваши страхи понятны: после ряда неудач получить, наконец, крепкое и зеленое растение — большая удача. К тому же, Вы совершенно правильно рассудили: особи, выращенные в домашних условиях из семян, действительно, более жизнеспособны.

Увы, Вам придется набраться смелости и все же провести прищипку растений для стимуляции ветвления и формирования куста. Однако делать это лучше не сейчас. В начале осени, с сокращением светового дня, растения уходят в спячку, и удаление точки роста сейчас может пагубно сказаться на гардении. К тому же, образовавшиеся осенью и зимой веточки будут тонкими и слабыми. Отложите прищипку до конца февраля, а лучше — до начала марта, когда с приходом тепла гардения снова пустится в рост.

Перед восстановлением режима подкормки осторожно удалите у гардении точку роста вместе с двумя верхними

листочками. Для ускорения процесса появления новых веточек и во избежание опадания всех листьев, через несколько дней после удаления точки роста проведите внекорневую подкормку. Проводят ее, используя удобрение для азалий в пропорции, указанной на упаковке.

Внимание! Для корневой и внекорневой подкормки используют растворы удобрения разной концентрации. Как правило, производитель указывает оба варианта, но в случае, если указан только один, помните, что внекорневая подкормка, или подкормка по листу проводится в концентрации в два раза слабее, чем при внесении удобрений в почву.

Подготовила Катерина ЧАПЛЫГИНА



НОВАЯ СРЕДА ДЛЯ ВАШИХ ПИТОМЦЕВ

Мы много писали о комнатных растениях, делились знаниями и отвечали на ваши вопросы. Рассказали всё: от ухода за самыми простыми растениями до тонкостей выращивания редких экзотов. Казалось бы, о чем еще говорить? Однако неисчерпаем простор для творчества. В этот раз мы расскажем о палюдариуме, или, как его иногда называют, о комнатном болоте. Правда, на наш взгляд, к этому явлению гораздо лучше подходит название «комнатное озеро».

жать груза растений и обвалиться, поэтому сухая зона всегда должна быть чуть больше, чем водная.

КАК ОБУСТРОИТЬ

Процесс обустройства водоема всегда одинаков. Независимо от полета фантазии автора, все палюдариумы созданы по одной схеме.

Самым первым шагом является разбивка аквариума на водную и береговую части. Когда рельеф определен, между ними ставится водонепроницаемая перегородка. Она позволит высаживать в сухую часть растения, не опасаясь их гибели от переувлажнения. Затем в водную часть надо засыпать грунт. В данном случае непринципиально, какой именно. В него будут высажены водные растения.

Но сначала на дно аквариума насыпается дренажный слой. Если эта часть не будет видна, можно использовать керамзит, если аквариум будет стоять сухой к зрителю, лучше использовать декоративную гальку.

Следующим этапом формируется «побережье». Для усиления эффекта среза почвы, по мере заполнения сухой части грунтом, можно периодически прослаивать его мелким гравием или крупным песком. Следом за дренажем засыпается грунт. Качество грунта зависит от того, какие растения будут впоследствии высажены в него. Если планируется сажать их непосредственно в береговую часть озера, грунт необходимо подобрать качественный. Если растения будут закопаны в тех горшочках, в которых растут, грунт подойдет любой.

Когда основной рельеф сформирован, необходимо задекорировать заднюю стенку палюдариума. Для декора подойдут кусочки коры, кокосовое полотно, бамбуковые стебли

и даже современное покрытие «под дикий камень». Такое декорирование поможет не только создать законченный вид конструкции, но и послужит прекрасной опорой для вьющихся растений «берега».

Следующий шаг — распределение и посадка растений. Водные растения высаживают непосредственно в грунт, насыпанный на дно аквариума. Береговую зону заполняют комнатными или наземными растениями. Высаживать их можно в грунт сухой зоны, но лучше в приготовленные ямки помещать горшочки с уже растущим в нем материалом. Это упростит уход и замену «жильцов», но усложнит композиционную расстановку зелени, поскольку посадка будет ограничена размерами горшочков. Если береговая линия в основе прямая, можно заранее высадить растения в отдельный контейнер, а его поместить в насыпь и задекорировать камешками или кусочками коры. Кроме упрощения ухода, это позволит защитить цветы от переувлажнения в том случае, если герметичность перегородки будет нарушена.

Предпоследний этап работы — заполнение водоема. Вода обязательно должна быть фильтрованной и отстоянной. Уровень заполнения водной части зависит от фантазии автора и потребности водных обитателей.

И напоследок, самое приятное — расстановка декораций. Декоративные элементы почти на любой вкус можно приобрести в магазинах. В отделах аквариумистики можно найти коряги и булыжники любой формы и размера. Основной плюс такого материала — стерильность. Прежде чем попасть в магазин, эти материалы проходят специальную обработку. Для украшения домашнего водоема можно использовать и элементы, найденные в природе, но в этом случае их обязательно нужно обработать. Коряги вымачивают сначала в растворе инсектицида и фунгицида, а потом в чистой воде, камни прокалывают в духовке. Только после этого они пригодны для использования в палюдариуме.

ВЫБОР ПОСАДОЧНОГО МАТЕРИАЛА

Выбор растений для домашнего озера — не самое сложное, но очень увлекательное занятие. Для водной части подойдут растения, используемые для аквариумов. Здесь выбор ограничен только фантазией автора и изначальной задумкой. С наземной частью немного сложнее. Среди

Итак, палюдариум — это система, позволяющая воссоздать среду обитания водных растений прямо в квартире. Фактически это — водный садик, резервуар, подходящий для обитания водных и прибрежных растений. По своей сути палюдариум — это оранжерея, позволяющая добавить в вашу коллекцию комнатных растений и водных обитателей. Кроме того, если проявить немного дизайнерского таланта, комнатное озеро будет не только украшением интерьера, но и прекрасным местом для релаксации. Палюдариум позволит воплотить мечту о собственном водоеме, даже если у вас нет своего загородного участка. Единственный минус такого водного сада — это постоянный уход. В отличие от флорариумов и орхидариумов, представляющих собой замкнутую систему, которым достаточно минимального ухода, комнатное озеро требует пристального внимания.

С ЧЕГО НАЧАТЬ

В первую очередь нужно представить себе, хотя бы в общих чертах, что у вас должно получиться в итоге. Лучше всего приготовить набросок, чтобы рассчитать размер аквариума, который понадобится для воплощения идеи. Для пробы не обязательно покупать водоем во всю стену. Можно приобрести прозрачную булону, несколько растений для аквариума и создать мини-озеро, которое украсит рабочий стол в офисе.

При планировании и создании палюдариума следует помнить главное. Его структура подразумевает наличие двух обязательных зон: водной и прибрежной. Именно наличие надводной части отличает домашнее озеро от аквариума. Соотношение этих двух частей зависит исключительно от вашего желания. Следует лишь учесть, что слишком маленькая «суша» может не выдер-





КУРИНАЯ ГРУДКА ПО-ГРЕЧЕСКИ

Хорошенько разогрейте в сотейнике 1 ст. ложку растительного масла и обжарьте на нем до образования корочки 4 куса куриной грудки, предварительно посолив и поперчив их. Курицу выньте из сотейника, добавьте в него еще 1 ст. ложку масла, затем спассеруйте на нем 1 большую порезанную луковицу, 2 измельченных зубка чеснока и 2 ч. ложки сухого орегано. Добавьте 1 ч. ложку сахара, 0,5 л разведенной до консистенции густого соуса томатной пасты, 250 г помидорчиков черри, по 0,5 банки оливок и маслин, доведите до кипения и на среднем огне тушите 5 минут, затем посолите и поперчите. Выложите в соус курицу и тушите еще 3-4 минуты. Разложите курицу по тарелкам, полейте соусом, посыпьте раскрошенным сыром фета и украсьте каждую порцию листиком орегано.



ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСНЫЕ «КОРЗИНОЧКИ»

Из 3-4 картофелин, сливочного масла и молока приготовьте однородное пюре, слегка его посолите и хорошо перемешайте.

0,5 кг свиного фарша заправьте сырым яйцом, измельченными репчатым луком, большим зубком чеснока, 2 ст. ложками панировочных сухарей, добавьте соль, молотый перец и тмин по вкусу. Слепите из фарша небольшие чашечки. Дно каждой посыпьте тертым на мелкой терке сыром, заполните чашечку картофельным пюре, а сверху еще посыпьте тертым сыром. Поставьте чашечки в форму или на противень, залитый слоем разведенной томатной пасты. Запекайте до готовности фарша и образования сверху сырной корочки.

ТЕЛАПИЯ ПОД СЫРОМ

В смазанную растительным маслом форму выложите порезанное на порционные куски филе телупии, слегка посолите, поперчите, на каждый кусок положите кусочек сливочного масла, посыпьте рыбу каперсами или мелко порезанными оливками, посыпьте тертым сыром и запекайте в разогретой духовке до готовности.



МУСАКА ПО-ТУРЕЦКИ

Возьмите 4 баклажана средней величины, порежьте кружочками, посолите, обжарьте на растительном масле и выложите на бумажное полотенце, чтобы убрать излишки масла. Отдельно поджарьте 1 мелко порезанную луковицу, добавьте к ней порезанные полосками 5-6 сладких перцев, и 2 среднего размера помидора, порезанных дольками, посолите, убавьте огонь, а когда овощи станут мягкими, добавьте 250 г фарша, посолите, поперчите и добавьте немного зелени петрушки. Когда жидкость испарится, мясная начинка для мусаки готова.

В форму для запекания выложите слоями баклажаны и мясной фарш так, чтобы верхним был слой баклажанов. Уложите сверху несколько ломтиков помидора и полосок перца, залейте 1 стаканом разведенного до густоты сметаны томатного соуса и запекайте в духовке, пока лишняя жидкость не испарится.

При желании еще горячее блюдо посыпьте сыром, дайте ему расплавиться и подавайте на стол.



МАКАРОННЫЕ ГНЕЗДА

Доведите до кипения 1-1,5 л воды. В смазанную маслом большую сковороду с высокими бортиками выложите гнезда на расстоянии друг от друга, посолите, по желанию добавьте приправу, залейте крутым кипятком вровень с верхним краем гнезд, доведите еще раз до кипения и варите 4-5 минут, осторожно выньте гнезда шумовкой и переложите в смазанную маслом форму для запекания.

Обжарьте на растительном масле 0,5 кг говяжьего фарша, добавьте измельченные в блендере зубок чеснока и небольшую луковицу, тушите вместе еще 2 минуты, затем добавьте 1 измельченный консервированный помидор без кожицы и 2 ст. ложки томатной пасты, посолите, поперчите и держите на слабом огне, пока не испарится лишняя жидкость. Выложите мясной фарш поверх макаронных гнезд, посыпьте тертым сыром и запекайте в разогретой духовке, пока сыр не расплавится.



МЯСО С ЛУКОМ

В хорошо разогретом сотейнике, смазанном растительным маслом, обжарьте 1 кг говядины, порезанной кусочками как на гуляш, затем выложите в сотейник к мясу 800 г лука шалотт, добавьте 2 ст. ложки сливочного масла, а когда оно растает, влейте 1 стакан воды, в котором разведена 1 ст. ложка томатной пасты. Доведите содержимое до кипения, убавьте огонь, накройте крышкой и тушите на слабом огне, подливая, по мере необходимости, воду. Через 30 минут тушения добавьте к мясу 3 измельченных зубка чеснока, соль, перец и специи по выбору. Тушите, пока мясо и лук не станут мягкими. Подавайте как самостоятельное блюдо или с гарниром.



МЯСНЫЕ ПИРОЖКИ С СЫРОМ

Разделите 0,5 кг фарша для котлет на 8-9 порций. Каждую выложите по очереди на пищевую пленку, разомните руками в лепешку и вырежьте кружок, используя пилу как шаблон. Положите на одну половину кружка ломтик сыра и с помощью пленки сформируйте мясной пирожок. Поджарьте пирожки в масле до готовности фарша и подавайте горячими.



ПИРОЖОК ОДИН НА ВСЕХ

Раскатайте готовое дрожжевое тесто, нарежьте на длинные широкие полоски. Смажьте их любым томатным соусом. Разложите на каждой полоске теста небольшие фрикадельки или кусочки сосиски на расстоянии друг от друга в 1 см. Защипите конвертиком края полоски, и, смочив пальцы холодной водой, соедините тесто между фрикадельками. Запекайте в разогретой духовке духовке на среднем огне до готовности и подавайте с соусом.

СВИНИНА ПО-ИСПАНСКИ

Приготовьте соус, хорошо смешав 1 ст. ложку горчицы, 1 измельченный зубок чеснока, 1 ст. ложку порезанных каперсов, 0,5 банки порезанных колечками оливок, 1 пучок зелени петрушки, 1 ст. ложку оливкового масла, сок и цедру 1 небольшого лимона и 2 ст. ложки теплой кипяченой воды.

Разогрейте на сковороде, которую можно поставить в духовку, 0,5 ст. ложки оливкового масла, обжарьте на нем 4 свиных эскалопа по 3-5 минут с каждой стороны. Посолите, поперчите, поставьте на 5 минут в разогретую до максимума духовку, затем выньте и дайте мясу «отдохнуть» еще 5 минут. Подавайте эскалопы, полив их соусом.

Размешайте в 3/4 стакана теплой воды 1 ч. ложку сахара и 1 ст. ложку сухих дрожжей, дайте постоять, чтобы масса начала пузыриться.

3 стакана просеянной муки смешайте со щепоткой соли, добавьте 200 г размягченного сливочного масла, порезанного кусочками, и руками перетрите массу до образования равномерной крупки. Добавьте к мучной смеси разведенные дрожжи, замесите тесто, накройте в миске пищевой пленкой и оставьте на полчаса для подъема.

Для начинки хорошо вымойте 1 крупный лимон, положите в кастрюльку, залейте кипятком и поварите 1 минуту, чтобы он перестал горчить. Обдайте лимон холодной водой, разрежьте на части, выньте семена и пропустите через мясорубку. Смешайте лимонную массу с 1 стаканом сахара и дайте постоять 5 минут.

Тесто разделите на 2 части, одна чуть больше другой. Большую раскатайте в пласт и выложите в застеленную бумагой для выпечки форму, закрыв тестом бортики до верха. Выложите на пласт лимонную начинку и разровняйте. Раскатайте вторую часть теста, накройте пирог, зашпигите края, сделайте надрезы в верхнем пласте теста и выпекайте пирог в разогретой духовке при температуре 180° до готовности (примерно 30 минут). Дайте пирогу остыть, разрежьте на порционные куски и посыпьте сахарной пудрой.



РУЛЕТКИ С ЯБЛОЧНОЙ НАЧИНКОЙ

Приготовьте тесто как на пельмени, накройте миску с тестом пищевой пленкой и оставьте на 20-30 минут. 3 кисло-сладких яблока очистите и порежьте мелкими кубиками. В сотейник выложите яблоки, добавьте 2-3 ст. ложки сахара, 1 ч. ложку без верха молотой корицы, полейте 1 ст. ложкой лимонного сока и держите на среднем огне, пока сахар не растает. Разведите 2 ч. ложки крахмала 1/3 стакана воды и вылейте к яблокам, доведите до кипения, убавьте огонь до слабого, накройте крышкой и тушите 5 минут. Переложите яблоки в миску, чтобы остыли.

Тесто раскатайте максимально тонко и порежьте квадратами 20 x 20 см. Разложите начинку по квадратам теста, скрутите каждый рулетом, а кончики теста с боков заправьте внутрь, чтобы начинка не вытекала. Влажными пальцами склейте шов рулетиков. Жарьте рулетики в большом количестве раскаленного растительного масла, выкладывая на бумажное полотенце, чтобы убрать лишнее масло. Подавайте горячими посыпав сахарной пудрой.



ЯБЛОЧНЫЙ ПИРОГ С КРЕМОМ

Приготовьте песочное тесто из 300 г сливочного масла или маргарина, 3 яиц, 1,5 стакана сахара, 2 ч. ложек погашенной соды, щепотки соли и 3-4 стаканов муки. Тесто должно быть достаточно мягким, чтобы его можно было легко раскатать. 2/3 теста выложите в форму для пирога и пальцами обомните так, чтобы оно легло ровным слоем на дно и бортики формы, излишки обрежьте.

Очистите и порежьте кубиками 3-4 кисло-сладких яблока, припустите их с 1 стаканом сахара на сковороде, пока сироп не загустеет. Выложите начинку в форму и испеките пирог в разогретой духовке до золотистого цвета. Остатки теста раскатайте в круг по размеру диаметра формы, выложите на противень и ножом для пиццы разрежьте на 16-20 равных секторов. Посыпьте сахаром и испеките кусочки теста до золотистого цвета.

Из 200 г мягкого сыра и 100 г густого молока приготовьте крем, взбив до увеличения объема вдвое. Остывший до теплого состояния пирог покройте слоем крема и выложите поверх него ребром испеченные отдельно кусочки теста под углом друг к другу.

При желании вместо крема можно выложить поверх остывшего пирога пломбир.



ПАУЧКИ НА ЗАКУСКУ

Наверняка, вашим детям понравится закуска из крекеров и соленой соломки.

Взбейте мягкий сливочный сыр с чесноком, если дети его едят. Намажьте толстым слоем сыр на половину печенья, вдавите в него кусочки соломки, чтобы получились лапки, сверху выложите вторую половинку печенья, прижмите и украсьте «глазками» из сыра и кусочков маслин.

ТЫКВЕННО-ШОКОЛАДНЫЙ КЕКС

Смешайте в миске 3,3 стакана просеянной муки, 3 стакана сахара, 2 ч. ложки пищевой соды, 1 ч. ложку соли и по 1 ч. ложке молотых корицы и мускатного ореха. Миксером взбейте 4 яйца, 1 стакан растительного масла, 2/3 стакана кипяченой воды и 2 стакана тыквенного пюре, приготовленного любым способом. Когда масса станет однородной, смешайте ее с мучной смесью, добавьте 0,5 стакана любых рубленых орехов, перемешайте. Отложите 2 стакана теста и тщательно перемешайте его с расплавленной плиткой шоколада. В две смазанные маслом формы для кекса выложите по 1/4 тыквенного теста, затем сделайте прослойку из шоколадного теста и выложите остатки тыквенного. Выпекайте кексы в разогретой духовке около часа, пока лучинка, которой вы проткнете тесто, не останется сухой.

Выньте формы из духовки, дайте им остыть в течение 10 минут, затем выньте кексы из форм на решетку и дайте остыть полностью. Из 1/3 плитки шоколада, 4 ч. ложек горячей кипяченой воды и 0,5 стакана сахарной пудры приготовьте глазурь. Нанесите на верх кексов решетку из глазури, дайте застыть и подавайте к столу.



«АРОМАТНАЯ» МАШИНА

Если стиральная машинка подключена к канализации, мало того, что в ней застаивается вода после каждой стирки, так еще и из канализации может появиться неприятный запах. Но его легко убрать, если перед профилактической стиркой (без белья), которую следует проводить раз в 1-2 месяца (в зависимости от того, как часто вы стираете), в максимально длительном режиме и с самой высокой температурой воды, насыпать прямо в барабан 1 стакан пищевой соды и вылить 1 стакан столового уксуса, а затем добавить по 0,5 стакана этих же средств в дозатор моющих средств.

После такой «стирки» не только уйдет неприятный запах, но и машина будет чистой в той ее части, которую от нас закрывает барабан.

КОНДИЦИОНЕР КАК МОЮЩЕЕ СРЕДСТВО

У нас в доме живут старые кот и собака. Я регулярно мою полы, и раньше все было нормально, а теперь от животных идет запах старой псины, который обычной водой с мылом не уберешь. Конечно, отлично подошло бы средство для уборки, но они все с хлоркой, а у меня на нее аллергия. Может, можно добавлять в воду какое-нибудь эфирное масло?

В воду для мытья полов лучше добавлять кондиционер для белья. Наверняка, Вы покупаете то средство, запах которого Вам нравится.

Вот и влейте половину колпачка в ведро с водой. Того количества ПАВов, которое он содержит, будет достаточно, чтобы справиться с пылью и грязью, а аромат будет как раз тот, что Вы любите. Это лучше, чем масло, а, главное, дешевле.

ПОГОНЯЙТЕ ПАУКОВ И МЫШЕЙ

На многих людей пауки наводят мистический ужас, вызывая паническую атаку. В преддверии зимы эти насекомые часто перебираются жить в дома и надворные постройки, пугая хозяев. Если вы страдаете арахнофобией, попробуйте выжить непрошенных жильцов из своего жилища.

Приготовьте такое средство. Разведите в 0,5 л воды 2-3 капли масла мяты перечной и побрызгайте на те места, где были замечены насекомые.

Кстати, говорят, что мыши тоже не любят мятный запах, так что можно попробовать накапать немного масла в разных местах погреба. Не забывайте обновлять капли, когда запах станет ослабевать. Количество испорченных грызунами корнеплодов значительно уменьшится.

НАЙДИТЕ КВАДРАТИК!

Вы обращали внимание, что на нижней части каждого тюбика зубной пасты есть небольшой цветной квадратик? Зачем он там? Что он означает?

Согласно международным правилам, таким квадратиком фирма-производитель обозначает состав зубной пасты. Если ее компоненты полностью натуральные, ставят зеленый значок, если к натуральным ингредиентам добавлены какие-то целебные вещества — квадратик будет синим. Красный значок означает, что паста произведена частично из натуральных компонентов, а частично из химических соединений, если квадратик черный, значит в составе одна химия.

Учтите это, когда покупаете зубную пасту.



СОВЕТ ДЛЯ РАССЕЯННЫХ

Есть люди, которые всегда знают, где у них дома лежит та или иная их вещь, а есть те, кто перед выходом из дома лихорадочно ищут ключи.

Если вы тоже принадлежите к таким рассеянным, прислушайтесь к нашему совету.

Вспомните, что мы делаем в последнюю очередь, уходя из дома. Правильно. Выключаем свет. Вот на выключатель и пристраивайте свои ключи, тогда их не придется искать по всему дому. Но как?

Открутите пластмассовую личину выключателя и с обратной стороны подклейте клеем «Момент» магнит. Верните личину на место и приложите ключи к выключателю. Они примагнитятся и будут спокойно висеть на выключателе. И вам не надо будет их искать.

КАК БЫСТРО РАЗМЯГЧИТЬ МАСЛО

Во многих рецептах выпечки рекомендуется использовать размягченное сливочное масло. Если его достать из холодильника и просто оставить на столе, оно станет мягким минут через 30-40. А за это время желание что-то испечь может и пройти. Но есть способ ускорить процесс.

Налейте в стеклянную миску или банку кипятка или очень горячей воды из-под крана, накройте, дайте постоять 2-3 минуты, чтобы посуда хорошенько прогрелась. Влейте воду, масло положите на тарелку, а сверху накройте горячей миской. Через 7-10 минут масло приобретет нужную консистенцию.



МЕСТО ДЛЯ СУМОК

Далеко не в каждом доме есть гардеробная. А куда повесить сумочки, чтобы не были на виду? Ведь в шкафу на полке они займут слишком много места, и доставать их оттуда будет неудобно.

Самый лучший способ — развесить их в шкафу на крючках, прикрепленных к штанге для одежды. В висячем состоянии сумки меньше теряют форму, да и вешать можно по две, а то и по три сумки на один крючок. В конце концов сумки можно вешать даже на крючки одежды плечиков.

ДВЕ СЕРЬГИ НА ОДНУ ПУГОВИЦУ

Хранить серьги с английской застежкой просто, их легко можно сцепить попарно. А как быть с пуговицами, в просторечии называемыми «гвоздики»?

Для хранения пары серег с такими застежками лучше всего использовать обычные пуговицы. Пропустите штырьки серезек через отверстия пуговицы и закройте застежки. Пуговицы маловаты, и две серьги не помещаются рядом? Вставьте одну серьгу в отверстие с одной стороны, а вторую — с обратной.

Подготовила
Валентина ЖИЛИНА

В ноябре дарим скидку 11% - на второй товар и последующие товары!

Звоните нам БЕСПЛАТНО прямо сейчас! (с 7:00 до 21:00)
8-800-550-0402

Домашний «Спиртзавод»

Домашний спиртзавод: • приготовит 6 литров чистого спирта в день (96%); • экономит электроэнергию (нет ТЭНа). Нерж. сталь. Пр-во: Россия. Гарантия 1 год. Срок службы 3 года.



Ультразвуковые стиральные машинки «Золушка»

от 1 шт. от 2 шт.
Золушка **1190 руб. 990 руб.**
Золушка-стерео **1390 руб. 1190 руб.**

* - в комплекте два излучателя. Стирает без водопровода, «кушает» всего 20 Вт, не портит вещи, не шумит. Выручит вас в поездке, на даче. Забудьте о стирке вручную! Россия.



Пленочный обогреватель

Черно-белый (120x58 см) **1690 руб. 1490 руб.**
Фотопейзаж (100x60 см) **1990 руб. 1590 руб.**
• Обогреет площадь 15 м² дома и на даче; • не сушит воздух; • безопасен — не обжигает (t = 75°). Россия.



Чудо-печь

1,8 кВт (на 40 м³) **2840 руб.**
2,6 кВт (на 60 м³) инфракрасная **3380 руб.**
Работает на дизеле и керосине (расход — 180 г/час). Не коптит! За 1,5 часа обогреет дом, дачу, склад и пр. (40-60 м³)! Пр-во: Россия. В продаже фитили.



Пересъемная насадка

для куриц **2190 руб.**
для гусей **3420 руб.**
Ошпаривает 60 тушек за 1 час! Для тушек любого веса и размера. Подходит на шуруповерт, дрель. 18x18x13 см; 100 г; 1300 об/мин. Россия. В продаже Бильные пальцы — 30 руб./шт.



Инкубатор с автоповоротом (выводимость 92%)

(220/12 В) (220/12 В) ЦТ
36 яиц **4310 руб. 5230 руб.**
63 яйца **4480 руб. 5550 руб.**
104 яйца **5480 руб. 6500 руб.**

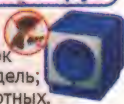


ЦТ — цифровой терморегулятор. В продаже сетка для гусиных и перепелиных яиц, овоскоп.
• Сам переворачивает яйца каждый час;
• создает оптимальную температуру. Россия.

В продаже инкубаторы с гигрометром.

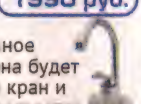
Отпугиватель клопов, моли, муравьев

• На площади до 185-230 м²;
• действует ультразвуком; • срок исчезновения насекомых 4-6 недель;
• безвреден для человека и животных. 90x84x105 мм; 180 г; 220 В; 30000-65000 Гц; 140 дБ.



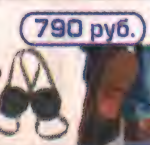
Водонагреватель проточный

Вас больше не коснется сезонное отключение горячей воды — она будет у вас всегда! Просто откройте кран и уже через 5-7 секунд вода прогреется. Идеален для квартиры и дачи. 220 В; резка стандартная; пластик; t нагрева воды: до 60 °C.



Ледоступы

• Для ходьбы в гололед;
• от падений и травм; • легко надеваются на любую обувь (36-43 размер). Незаменимы для пожилых людей.



Ледоступы (от 2 шт.) - 590 руб./пара.

Электрический измельчитель «Молния»

• Нож с 4-мя или 2-мя лезвиями измельчит овощи, фрукты, сыр, мясо или орехи за 5-10 секунд;
• безопасное включение; • большой объем чаши — 1,8 л. В комплекте — 2 ножа; 250 Вт; длина шнура 90 см; пластик, нерж.сталь. КНР.



Форма Мечта хозяйки

Приготовьте оладьи, котлеты, яичницу, омлет идеальной формы! • 7 отделений диаметром 7 см; • удобно переворачивать (есть ручки); • можно использовать в духовке к силикону ничего не прилипает. Диаметр формы — 23 см.



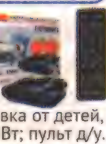
Домашняя копильня

• Закоптит мясо, рыбу впрок на обычной плите; • компактна (39,5x32,5; вес — 5,3 кг); • без дыма и запаха. В подарок — брошюра с рецептами. Россия.



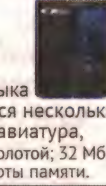
Антенна цифровая

• Федеральные и каналы в HD-качестве без абонентской платы во всех регионах РФ;
• приставка усиливает сигнал комнатной антенны даже в зоне плохого приема. Вход USB, блокировка от детей, таймер сна, меню на русском языке! 6 Вт; пульт д/у.



Мобильный телефон «Прайм» 2 в 1

• Это встроенный телевизор с мгновенной настройкой каналов (работает без интернета и без sim-карты); • FM-радиоприемник и музыка в формате MP3; • батарея держится несколько дней; • 2 sim-карты; • крупная клавиатура, фонарик, диктофон. Серий/Черный/золотой; 32 Мб; камера 1,3 Мп; Китай; есть слот для карты памяти.



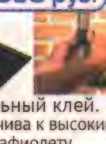
Пневматический пистолет

Пистолет «Макаров». (Металл) 165 мм. США **5190 руб.**
Пистолет. (Пластик) 180 мм. США **3490 руб.**
Винтовка. (Металл, пластик) 1090 мм. Россия **5480 руб.**
Точные копии известных моделей пистолетов. Для самообороны и развлекательной и спортивной стрельбы. Не является оружием. Калибр: 4,5 мм. Скорость выстрела: 105-120 м/с. Источник энергии: СО2. Мощность: до 3 Дж.



Изолента Супер Фикс

Изоленту советуют сантехники! Крепляет любые материалы и даже трубы. Выдерживает вес до 10 кг. Тройная толщина и сверхсильный клей. Водонепроницаемая даже в воде, устойчива к высоким (до 100С) и низким температурам, ультрафиолету. Размер рулона 20x150 см. Не продается в розницу!



Изолента (от 2 шт.) - 790 руб./шт.

Игрушка-повторюшка

«Кукла Маша» **1190 руб.**
«Хомяк» **990 руб.**
• Двигаются; • смешно повторяют слова. Смех и веселье гарантированы!



Моделирующий бюстгальтер «АхБра» (компл. 3 шт.)

1490 руб. **990 руб.**
• Максимальная поддержка груди; • без швов и крючков;
• свобода движений даже при занятиях спортом. Размеры: S=86-89 см, M=91-94 см, L=98-102 см, XL=105-109 см. В комплекте 3 цвета: белый, черный, бежевый. Состав: нейлон — 96%, лайкра — 4%. КНР.



Бюстгальтер «АхБра» — 540 руб./шт.

Усилитель звука заушный

Поможет: • услышать даже шепот (два частотных режима); • изолировать посторонние шумы. Удобен для пожилых! Работает от батареек. В комплекте ушные силиконовые вкладыши трех размеров. Пр-во: КНР (фабрика).



Усилитель «Супер Слух» (при потере слуха до 90%) — 3890 руб. **2990 руб.**

Электрическая пилка «Шолль»

• Удалит слой сухой кожи со стопы, небольшие натоптыши и мозоли;
• без распаривания ног. 17 см, ролик — карбид кремния, работает от батареек.



Очки-лупа

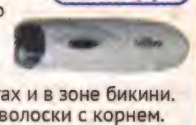
Прочитайте самый мелкий шрифт на этикетке, вдените нитку в иглоу с очками-лупами: • увеличивают в 1,6 раза; • надеваются поверх ваших очков; • прочные линзы. +2,5 дптр; расстояние между дугами: 14 см.



Очки-лупа (от 2 шт.) - 495 руб./шт.

Эпилятор «Твиззи»

Быстро и безболезненно удалит нежелательные волосы над губой, на щеках, подбородке, в зоне подмышек, на ногах и в зоне бикини. Мини-эпилятор удаляет волоски с корнем.



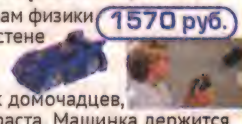
Утягивающие утпленные джинсы «Леджинсы» (компл. 3 шт.)

• Сделают вас на 1-2 размера стройнее; • моделируют тело и скрывают бока и животик;
• приподнимают ягодицы;
• без застежек, швов и молний. Р-ры: 42-52; 54; 56-62. В комплекте: синий, серый, черный цвета. КНР.
В продаже «Леджинсы» (1 шт.) — 990 руб.



Машинка антигравитационная

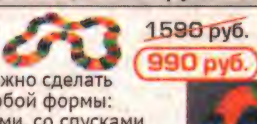
Вопреки всем законам физики машинка ездит по стене и потолку! Она приведет в дикий восторг всех ваших домочадцев, независимо от возраста. Машинка держится на весу с помощью вакуума, который создают ее турбины. Управляется пультом, фары мигают.



Машинка (от 2 шт.) - 1290 руб./шт.

Чудо-дорога

Мечта любого ребенка! С ней можно сделать гоночный трек любой формы: круговой, с мостами, со спусками и даже мертвой петлей. Длина трека 3 метра (220 деталей). Устройте невероятные гонки! Гоночная машинка светится в темноте.



Дополнительная машинка — 230 руб./шт.

МИР
комфорт
www.mir-c.ru

Доставка по всей России и Казахстану

Звоните нам БЕСПЛАТНО прямо сейчас!
8-800-550-0402 (с 7:00 до 21:00)
8-800-7000-737; 8 (8332) 54-10-10; 54-12-00.
Пишите по адресу! 610026, г. Киров, а/я 10, отдел 40.

Предложение действительно до 30 ноября 2018 г. *Скидки предоставляются на товары с наименьшей стоимостью из заказа. На акционные товары скидки не распространяются. Скидка не превышает 25%. ОГРН 1154330001057 ООО «МК-Групп» г. Киров, ул. Луговая 57А, кабинет 210, отдел 40. реклама

Родители моего мужа и его многочисленные родственники (два дяди и две тети) окружили нашу молодую семью своими навязчивыми услугами и непрошеными советами. Причем, советы эти больше похожи на приказы, потому что родственники имеют привычку проверять, последовали ли мы их советам и насколько точно. Что мне делать, чтобы не поссориться, а главное — не поссорить с ними мужа?

Практически все родители, а то и старшие родственники считают чуть ли не своим святым долгом научить жизни младших — особенно тех, которые только начинают строить собственную семью. Они ведь уже прожили свою жизнь, знают, как сделать лучше и вообще-то желают вам добра. При этом рассуждают примерно так: «Лучше учиться на чужих ошибках, чем сначала наделать своих, а потом их исправлять».

Конечно, по большому счету, они правы. Но никто из них не помнит себя в молодости и каждый старается не вспоминать, как они сами сопротивлялись советам старших, о которых никого не просили.

В Вашей ситуации лучше всего, при удобном случае, высказать вслух какое-нибудь нейтральное суждение. Например, когда Вам советуют что-то, что Вам совсем не нужно: «Мне недавно тоже очень хотелось посоветовать нечто подобное своим друзьям. Но я считаю, что давать советы людям можно лишь в том случае, если точно уверен, что ты являешься непререкаемым авторитетом для них и к твоему совету прислушаются. Во всех остальных случаях советы можно давать, если у вас их попросят. Поэтому я предпочла промолчать и правильно сделала. Кто знает, как обернулся бы мой совет, о котором меня не просили! Ведь наши отношения могли бы пострадать.»

Если Ваши родственники умеют слушать и услышат Вас, они поймут, какого стиля поведения Вы ждете от них.

Ну а если не услышат и не поймут, остается только одно. Вместе с мужем выработать свою тактику поведения с родственниками: внимательно молча выслушивать их советы, благодарить и говорить, что вы с мужем позже все это обдумаете и тогда примете окончательное решение.

При этом вы можете делать так, как сами считаете нужным.

После того, как вы с мужем поступите так несколько раз, возможно, родственники со своими советами от вас отстанут.

Меня недавно повысили на работе, и я теперь стала начальником того же отдела, где работала раньше. Сотрудницы, которые остались на прежних местах, — мои подруги. Подскажите, как мне себя с ними вести, чтобы и «на голову не сели», и не стали воспринимать меня каким-то цербером.

НАЕДИНЕ

Главная задача для Вас — сохраняя дружеские отношения со своими сотрудниками, не забывая, что мы приходим на работу не дружить, а работать. Работа должна стоять на первом месте, несмотря ни на что!

Будьте готовы к тому, что подруги, с которыми Вы всегда были на одном уровне, будут Вас провоцировать, и научитесь на эти провокации не реагировать. Проще и безобиднее всего — обращать всё в шутку.

А пока приготовьтесь к тому, что Вам придется работать, работать и работать, чтобы вдохновлять сотрудников еще и своим примером.

Я вышла замуж восемь лет назад и сразу хотела иметь ребенка. Но муж всеми способами уговаривал меня подождать с рождением детей: мол, надо пожить для себя, «притереться», подготовиться, накопить денег и так далее.

Еле-еле удалось уговорить его, и у нас родилась прелестная дочка. Теперь, когда девочке исполнилось 5 лет, я хочу еще одного ребенка, а муж опять упорствует, говорит, что не сможет содержать и меня, и двоих детей.

Но мне уже 27 лет, и я боюсь, что если не рожу малыша до 30, потом могут быть проблемы и с вынашиванием, и с родами...

Как мне лучше поступить? Обмануть мужа, забеременеть и родить ребенка, несмотря на его протесты, или лучше послушать его и еще подождать?

Обманывать нехорошо, а в личных и семейных отношениях и вовсе недопустимо. Тем более, что детей, которых женщине удалось зачать обманом, отцы, как правило, недолюбливают. Нежеланные дети так и остаются детьми «второго сорта» на всю жизнь.

Ваш муж относится к той категории мужчин, для которых наличие большого количества детей в семье — далеко не главное условие счастья.

Он и на первого ребенка согласился только потому, что Вы очень хотели его родить.

В Вашем случае добиться взаимного решения родить еще одного малыша можно только одним путем. Если в вашей семье будут царить любовь, взаимопонимание, желание заботиться друг о друге, то желание родить еще детей придет само собой. А если Вы будете повторять, что годы уходят, и надо сроч-

но кого-нибудь родить, а то будет поздно, у Вашего мужа может сформироваться еще более стойкое отрицание второго отцовства.

А если учесть, что есть немало мужчин, которые оскорбляются, подозревая своих жен в том, что они используют мужей только для продолжения рода, тем более, не надо давить на мужа и уговаривать его.

Окружите его любовью, заботой, лаской, дайте ощутить умиротворенность и счастье в полной семье, где уже растет прелестная девочка, и муж сам захочет стать отцом во второй раз.

Так сложилась жизнь, что мы и наши друзья, с которыми мы дружим уже лет



двадцать, еще со студенческой скамьи, оказались на разных ступенях благополучия. Стараемся сохранить наши прежние отношения, ничем не подчеркивать разницу в наших доходах, но они живут гораздо скромнее нас с мужем, частенько просят деньги в долг, а потом «забывают» отдавать. Но если мы всегда входим в их положение и долги прощаем без разговоров на эту тему, то они ведут себя странно: обсуждают наши доходы в кругу себе подобных и всячески подчеркивают эту разницу в нашем благосостоянии.

Прекращать общение с ними очень не хочется — это, действительно, дружба, проверенная временем. Но, может быть, вы подскажете, как правильно нам с ними себя вести, чтобы сохранить хорошие искренние отношения и не чувствовать себя для них «дойной коровой»?

И еще один важный момент. Мы стараемся делать подарки этой семье с таким расчетом, чтобы они получили то, о чем мечтают, но позволить себе не могут. А когда приходит время наших праздников, например, юбилеев, то они под разными предлогами отказываются приходить на них. Но нам не нужны от них дорогие подарки. Нам вполне хватило бы приятного общения. Как с ними об этом поговорить?

Если вы с мужем действительно дорожите этой дружбой, продолжайте помогать друзьям материально, но не превращайте эту помощь в гарантированную зарплату.

Давайте им деньги в тех случаях, когда без них они никак не смогут решить свои насущные проблемы. Не привязывайте к себе друзей регулярными выплатами, не покупайте их общество.

А что касается подарков на дни рождения, юбилеи, свадьбы и тому подобные мероприятия, вы все делаете правильно, а с ними просто заранее обговаривайте подарки, не забывая об их стоимости и материальных возможностях своих друзей. Тогда и им не стыдно будет прийти к вам в гости, и вы не будете чувствовать себя неудобно, зная, что их подарки им совсем не по карману. Но, если вы почувствовали, что они используют Вас, лучше такие отношения прекратить. Это уже не дружба.

Я замужем уже 5 лет, нашему сынишке 1 год. С мужем мы живем без скандалов, но не из-за того, что в нашей жизни все гладко, а просто у меня на скандалы просто нет сил.

До замужества я зарабатывала в три раза больше Сережи и наивно думала, что с рождением ребенка, когда я буду вынуждена оставить работу, муж в полной мере осознает ответственность за благополучие семьи и найдет способ зарабатывать больше денег, чтобы достаток семьи оставался хотя бы на прежнем уровне. Короче говоря, я возлагала на Сережу большие надежды, которые, увы, не оправдались.

Мой муж ведет тот же образ жизни, что и до рождения сына: не стремится зарабатывать, ни в чем мне не помогает, даже не пытается заняться сыном хотя бы по вечерам. Как будто не видит, что я каждый день просто с ног валюсь от усталости — столько сил отнимают у меня заботы о малыше и домашняя работа. Сейчас, когда на работу ходит только он, ему, наверное, кажется, что, оставаясь дома, я тут целый день отдыхаю и в его помощи совершенно не нуждаюсь...

Я по натуре спокойный человек и терпеть не могу скандалы. В семье моих родителей тоже никто никогда не повышал голос, «не качал права», не устраивал истерик. Вот и я не могу требовать, ставить условия, «строить» своего мужа — считаю такое поведение в семье недостойным. В моем родительском доме было принято все домашние дела делать вместе — дружно и весело, а потом так же дружно и весело отдыхать. Такого, чтобы один с утра до вечера «пахал», а другой всеми вечерами и в выходные дни лежал на диване перед телевизором, я никогда не видела и представить себе не могла, что сама когда-нибудь окажусь в такой обстановке. Когда я обращаюсь к мужу с какой-нибудь просьбой о помощи, он не отказывается, просто говорит: «Не сейчас!», но с места не сдвигается, продолжая сверлить взглядом

телевизор. А поскольку я не хочу скандалить, то после третьей попытки делаю всё сама — и не потому, что мне это нравится, а потому что просить и уговаривать мужа что-то сделать у меня просто нет сил.

Подскажите, как мне вести себя с ним, чтобы до него дошло: семья — не обслуживание одного человека другим, а постоянная забота друг о друге, поддержка и помощь во всех жизненных ситуациях.

Ваше желание сохранить в семье мир и покой похвально, но при таком поведении муж никогда не поймет, что, обеспечивая ему уют и покой, а также ухаживая за малышом, Вы бьетесь уже из последних сил.

А муж Ваш устроился так, как удобно ему: отработал 8 часов, улегся на диван, а всё остальное должны обеспечить ему Вы.

Но тогда ему надо было родиться в Арабских Эмиратах и ждать от безропотной супруги (или от целого гарема) не только полного повиновения, но и обслуживания.

А если уж так сложилось, что у нас работают оба супруга, то и домашние дела, и воспитание ребенка придется делить поровну, как было в Вашем родительском доме: вместе делаем домашние дела, а потом вместе отдыхаем.

Кстати, если говорить о семье, то и поведение Вашего мужа тоже выросло в его родительском доме. Жаль, что Вы не увидели этого раньше, но и сейчас еще можно кое-что исправить. Поговорите с мужем о том, как Вы устаете, как нуждаетесь в его помощи, как хотели бы отдохнуть вместе с ним...

Если он сам этого не видит и не понимает, то только потому, что никогда не испытывал всей тяжести домашней работы. Попробуйте хотя бы на 1 день оставить его с ребенком. Но предварительно очень подробно расскажите ему обо всем, что Вам придется делать каждый день, в каком ритме Вы все это делаете, чтобы все успеть, и пусть он представит себе, что все это ему надо будет делать самому.

И еще один совет, который работает всегда. Когда муж все-таки сделает что-то по дому, выполнит какую-то Вашу просьбу, примет сам что-либо для того, чтобы как-то улучшить или украсить жизнь вашей семьи, не жалейте слов и эмоций для выражения благодарности. Иногда это действует на мужчин лучше любых скандалов, увещаний и призывов к совести.

Юлия АЛЕКСЕЕВА

СПИХОЛОГОМ

Размер 46-48. Длина по спинке — 70 см.

КАРДИГАН
С ШИРОКИМ ВОРОТНИКОМ

Теплый, уютный и элегантный кардиган согреет вас в прохладные дни. А используя толстые нитки и спицы, вы свяжете его на удивление быстро. Широкий воротник и манжеты, связанные узором «шишечки», украсят изделие.

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа (шерсть 50%, акрил 50% — 100м/100г) — 800 г, спицы № 4-5, спицы с леской, игла для сшивания, 1 пуговица $\varnothing$ 3 см.

Узоры:

* «Шишечки» по схеме. Раппорт узора по горизонтали составляет 2 петли, раппорт по вертикали — 4 ряда.

Наберите на спицы количество петель кратное 2, плюс 1 п. для симметрии, плюс 2 кром. п., например, 13. Вязание свободное.

1-й ряд: кром., все остальные изн., * кром.

2-й и все последующие четные ряды вяжите лиц. п., включая набранные дополнительно для «шишечек».

3-й ряд: кром., * из следующей петли провяжите 3 п.: лиц., накид, лиц., следующие 3 п. провяжите вместе изн. п. *, от * до * повторите еще 4 раза, из одной п. провяжите 3, кром.

5-й ряд: кром., * 3 п. вместе изн., из одной петли провяжите 3 *, от * до * провяжите еще 4

раза, 3 п. вместе изн., кром. Узор повторять с 3-го по 6-й ряды.

* Изнаночная гладь

* Платочная вязка

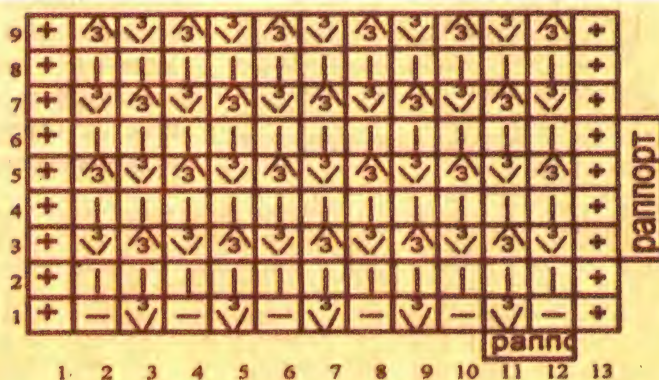
Описание работы

Кардиган связан регланом от горловины. В первую очередь свяжите воротник.

Наберите на спицы 135 п.: кром., 60 п. для узора «шишечки», кром. Свяжите 24 ряда узором «шишечки», в 25-м ряду закончите вязание «шишечек», провяжите весь ряд по 2 п. вместе и у вас останется на спицах 66 петель. Если в начале вязания воротника, за счет вязания «шишечек», воротник получился широким и будет красиво лежать на плечах, то в конце вязания воротника количество петель сократится и стянется до размера горловины. Теперь распределите эти петли следующим образом: 1 кромочная, 10 для правой полочки, 1 для линии реглана, 10 для рукава, 1 для линии реглана, 20 для спинки, 1 для линии реглана, 10 для рукава, 1 для линии реглана, 10 для левой полочки, кром.

Внимательно отнеситесь к первым рядам и далее вяжите кардиган изн. гладью на лицевую сторону, а воротник на лицевую сторону. Он должен ложиться «шишечками» вверх.

В каждом 2-м ряду прибавляйте по 1 п.



с каждой стороны от линии реглана. Как вариант, провязывайте петлю по линии реглана следующим образом: лиц., накид, лиц. Через ряд делайте такие же прибавления в среднюю из трех петель.

Внимательно следите за этой линией, чтобы не потерять в последующих рядах, а для этого отметьте ее стикером или булавкой.

Довяжите до проймы. Проверьте ширину спинки, переда и рукавов. При необходимости добавьте с каждой стороны каждой детали рукавов, переда и спинки по боковым линиям еще по 3-4 петли.

Вязание от проймы: снимите петли спинки и полочек на спицы с леской, а рукава по-отдельности или одновременно из разных клубков свяжите до нужной длины и закончите вязание 8 р. узора «шишечки» по схеме и описанию. Закройте все петли рукава.

Перед и спинку можно вязать одним полотном до низа. Если Вы прибавляли петли до нужного объема по краям рукавов, переда и спинки, то в первом ряду не забудьте из краев рукавов набрать такое же количество петель и свяжите изн. гладью полотно кардигана до нужной длины. Закончите вязание 4 р. платочной вязки.

Края полочек обвяжите 4 р. платочной вязки.

Сборка: сшейте рукава, в верху правой полочки свяжите крючком петлю из воздушных петель для пуговицы. К левой полочке пришейте пуговицу.

Условные обозначения:

- изнаночная петля
- лицевая петля
- кромочная
- из одной петли провязать три: лицевая, накид, лицевая
- 3 петли провязать вместе.



Размер 46-48. Длина по спинке — 45 см.

ЖИЛЕТ-ПРЯМОУГОЛЬНИК

Если вы — начинающая вязальщица и хотите увидеть плоды своего труда поскорее, эта модель для вас! Освойте лицевую гладь, и вы не заметите, как окажетесь в эксклюзивной обновке! А для опытной мастерицы связать этот жилет вообще не составит труда. Для жилета с запахом и большим отложным воротником достаточно связать полотно прямоугольной формы с двумя разрезами для рук.

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа-ровница (шерсть 50%, акрил 50% — 100м/100г) — 550 г, спицы № 4-5.

Если имеющаяся у вас пряжа отличается от предложенной, свяжите образец узора, рассчитайте необходимое количество петель и смелее беритесь за работу!



Узор — лицевая гладь.

Описание работы

Жилет состоит из прямоугольного полотна, связанного поперек, то есть, вязание идет по направлению от одной полочки до другой.

Наберите на спицы 42 п и вяжите лиц. гладью до первого разреза для руки (36) см. Отступив от верхнего края 22 см (15 п.), закройте для руки 13 п., провяжите ряд до конца. В следующем ряду вместо закрытых петель наберите дополнительно 13 п. и свяжите ряд до конца.

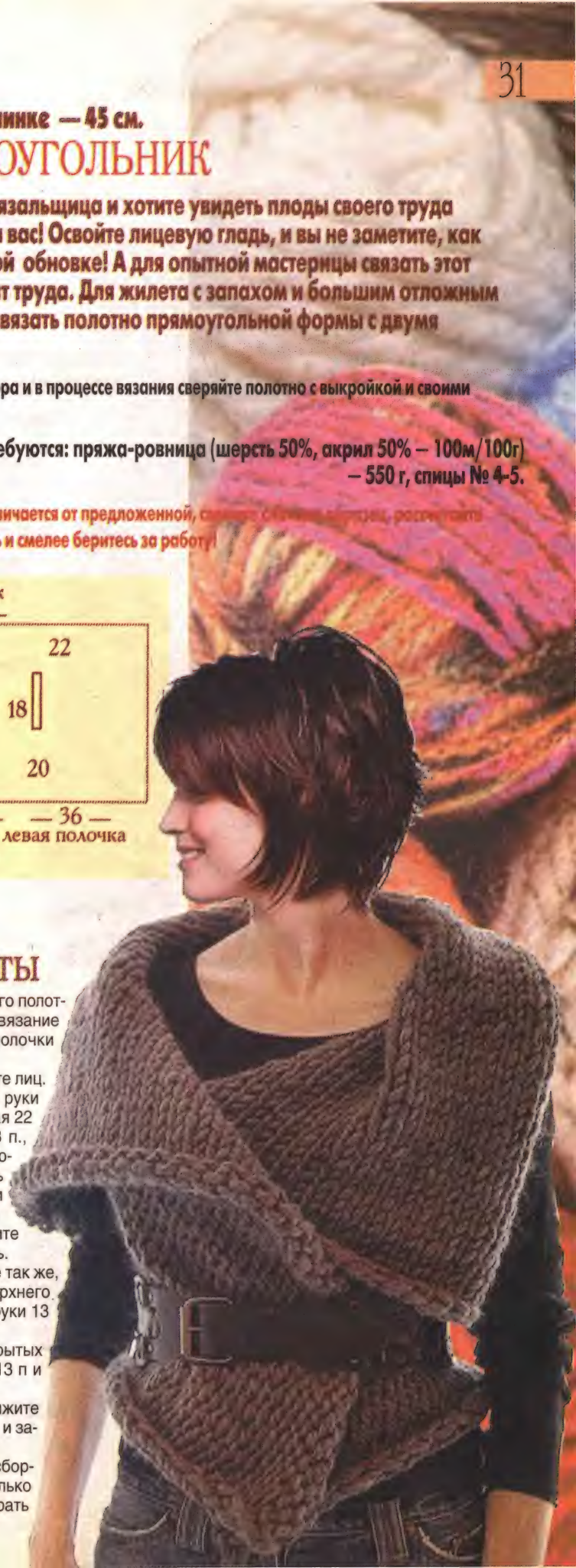
Следующие 46 см (спинку) вяжите без изменения количества петель.

Разрез для второй руки свяжите так же, как и для первой, отступив от верхнего края 22 см (15 п.), закройте для руки 13 п. и довяжите ряд до конца.

В следующем ряду вместо закрытых петель наберите дополнительно 13 п и вяжите ряд до конца.

Оставшиеся 36 см жилета провяжите без изменения количества петель и закройте все петли.

Жилет готов. Дополнительной сборки не требуется. Вам осталось только примерить жилет на себя и подобрать к нему красивый ремень.



Размер 46-48. Длина по окружности — 100 см.

СНУД-ПАЛАНТИН

Если вы хотите иметь multifunctionальную теплую вещь, то эта модель для вас! Наберитесь терпения и несложным узором крючком свяжите прямоугольное полотно. Вы получите одновременно накидку, палантин, а обернув его дважды вокруг шеи, теплый объемный снуд!

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа 400г (шерсть 50%, акрил 50% — 430м/100г) — 400 г, крючок № 3, игла для сшивания.

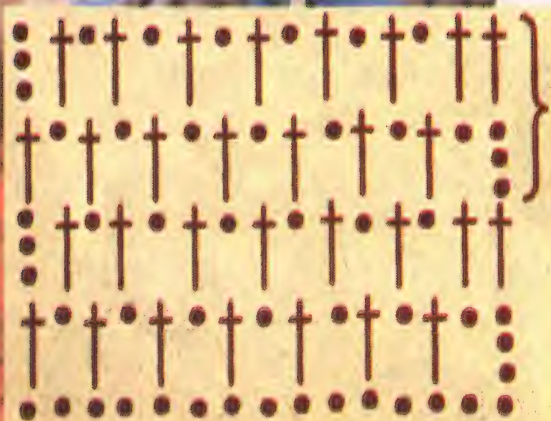
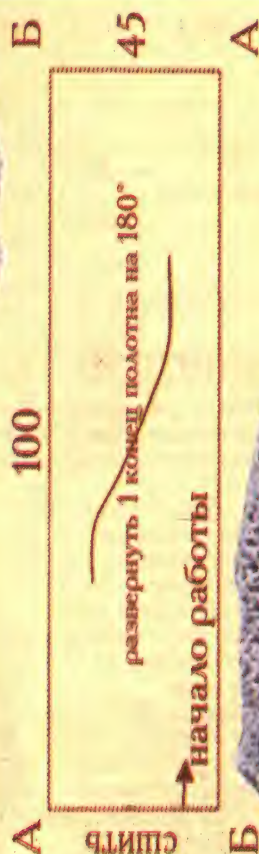
Узор — по схеме.

Описание работы

Наберите 160 в. п. и свяжите ровное полотно шириной 100 см на высоту 45 см узором по схеме.

Разложите готовое полотно на ровной поверхности, разверните один конец полотна на 180° и соедините края по схеме выкройки: точки А и Б, соответственно, с точками А и Б. Сшейте аккуратным незаметным швом.

Ваша multifunctionальная вещь готова!



Условные обозначения:

- — воздушная петля (в.п.)
- — столбик без накида (ст.б/н)
- ⊕ — столбик с накидом (ст.с/н).

Подготовила Юлия ИВАНОВА

САПОЖКИ С «ТРУБАМИ»

Великолепная идея для обновления прошлогодней пары сапожек — «надеть» на них «трубы» прямоугольной формы из меха каракуля. Можно — в цвет модели, можно — контрастного оттенка.



МЕХОВЫЕ КАБЛУКИ

Интересную идею предложили в этом сезоне модные дизайнеры — каблуки сапожек, украшенные мехом. Ее легко можно воплотить своими руками. Приклейте к каблукам подходящие по размеру кусочки меха с помощью клея-пистолета, и модная парочка готова!

БЛЕСТЯЩИЙ ДЕКОР ДЛЯ САПОЖЕК

Быстро преобразить обувь можно, наклеив блестящие стразы или металлическую фурнитуру вдоль линии подошвы и по верхнему краю сапожек.



ПУШИСТЫЕ АКСЕССУАРЫ

Комплект из сумки и туфель, декорированный цветным мехом, позволит вам выглядеть ярко и оригинально как в офисе, так и на праздничном мероприятии.

Серьги с меховыми помпонами преобразят ваш имидж. Сделайте небольшие помпончики из искусственного или натурального меха и пришейте их к кольцам.



ПЕРЕДЕЛЫВАЕМ ВЕРХнюю ОДЕЖДУ

Куртка, скомбинированная из пальто и свитера, выглядит очень оригинально и украсит любой ансамбль в стиле «кэжуал». Отрежьте пальто до линии бедер, отпорите рукава и пришейте новые — от свитера или кофты.

Прошлогодную куртку-пуховик можно украсить полосками меха в тон — например, на рукавах.

Из обычного пальто может получиться стильный предмет гардероба. Отрежьте пальто до нужной длины — чуть ниже линии бедер. Пришейте к воротнику и нижней части изделия полоски меха, а рукава украсьте контрастной аппликацией из фетра или флиса.



АКТУАЛЬНЫЙ АКСЕССУАР

Восхитительные меховые манжеты с бантиками из корсажной ленты в цвет меха и планками из стразов — универсальный аксессуар экстра-класса. Их можно надеть с пуловером, водолазкой, платьем, а можно ими дополнить перчатки контрастного цвета.



И ТЕПЛО, И МОДНО!

Длинный меховой жилет в стиле «пэчворк» можно сшить из старых шуб. А если вы добавите фрагменты меха ярких модных цветов: лавандового, голубого или розового, ваш жилет будет выглядеть очень актуальным.



ШАРФ ДЛЯ ДИЗАЙНЕРСКОЙ СУМКИ

Да-да, им можно заменить ручки любимой сумки и буквально за полчаса освежить ее. Отрежьте старые ручки и пришейте шарф к боковым частям сумки. А если у вас есть два одинаковых шарфа, пришейте их к передней и задней поверхности сумки по верхнему краю, как показано на фото. Обновленная сумка готова.



БОМБЕР ИЗ МУЖСКОЙ РУБАШКИ

Превратите мужскую рубашку в стильный бомбер. Выпороите воротник, манжеты, отрежьте нижнюю часть изделия. Выкроите из плотной трикотажной резинки, сложенной вдвое, воротник-стойку, манжеты, резинку для низа изделия и пришейте их к рубашке. Вместо пуговиц втачайте молнию.



НЕОБЫЧНЫЙ ИЗ ОБЫЧНОГО

Даже самый простенький невзрачный свитер или джемпер можно превратить в такую вещь, что все, кто его увидят, не смогут оторвать взгляд.

Тонкую кожаную ленту в тон свитера разрежьте на равные отрезки. Сделайте наметку яркими нитками по линии прикрепления кожаной бахромы. С помощью вяза-



льного крючка протягивайте через ткань свитера петельки от сложенных вдвое отрезков, пропускайте через петельку концы отрезков и затягивайте узлы. Старайтесь, чтобы детали бахромы выглядели одинаково.

Отпорите у однотонного джемпера рукава и замените их яркими, например, полосатыми. Из переда или спинки яркого свитера вырежьте карман, обметайте и пришейте на однотонный. При желании и надлежащем умении из оставшейся части яркого свитера можно выкроить ишить в дополнение к обновленному джемперу шапочку, шарф, варежки или сумку.

ШАРФЫ

Непременный атрибут осенне-зимнего сезона — теплый, мягкий и уютный шарф в новом исполнении — отделанными мехом, поможет вам пережить холода и выглядеть достойно в любой ситуации.



УКРАШАЕМ ТОЛСТОВКУ ИЛИ СВИТЕР

С помощью отрезков меха, кожи, трикотажной ткани, готовых аппликаций, меховых помпонов, вышивки или кисточек можно переделать любимую толстовку или свитер и разнообразить свой гардероб. Воспользуйтесь нашими идеями для вдохновения.

«ОЖИВИТЕ» ПУЛОВЕР

Ваш пуловер оверсайз кажется каким-

то скучным? Это легко исправить. Декорируйте его крупными монистами. Пришейте их по краю цветных полос или сочините свой узор, если пуловер однотонный.

ДЕКОРИРОВАННЫЙ ДЖЕМПЕР

Необычно и очень красиво выглядит трикотажный джемпер с асимметричными разрезами, украшенный сверкающими стразами. Придайте старому джемперу новую жизнь, вооружившись ножницами, стразами и призвав на помощь свою фантазию.





Подготовили
Валентина ЖИЛИНА,
Валентина КИРНОС,
Мария СТАРОДУБЦЕВА





1 Стильное пальто горчичного цвета с трикотажными рукавами и контрастным, ярко-розовым поясом послужит прекрасной идеей для переделки старого пальто.

2 Комбинированный жилет из стеганой плащевой ткани и меха, с поясом, карманами с клапанами и объемным капюшоном прекрасно защитит от ветра и осадков.

3 Плащ из кожи с эффектом «лаке» выглядит очень оригинально благодаря отделке из меха нежного голубого цвета.

4 Пальто актуального цвета верблюжьей шерсти свободного силуэта с эффектом запыла, поясом и меховыми деталями контрастного цвета выглядит очень стильно.

5 Модницы, ценящие нестандартные решения, наверняка обратят внимание на джинсовое пальто, скомбинированное с мехом, а опытные мастерицы могут попробовать воплотить идею дизайнеров, объединив имеющиеся в гардеробе джинсовые куртки и меховые изделия.

ВЕРХНЯЯ ОДЕЖДА

Не только не замерзнуть в холодную погоду, но и выглядеть красиво, стильно и модно – задача не из легких. Модные дизайнеры решили эту проблему, предложив большое разнообразие великолепных моделей в разных стилях. Выбор – за вами.



10



11



12



13

14



15



16



6 Какое оригинальное пальто! Оно скомбинировано из меха трех разных оттенков и украшено бантом из атласной ленты.

7 Пуховик-пуловер со шнуровкой у горловины, кулиской ниже талии, карманами с молниями и меховым капюшоном обращает на себя внимание необычным покроем.

8 Укороченное пальто из стеганой и шерстяной ткани пригодится в любой ситуации, а верхнюю стеганую деталь, благодаря застежкам-молниям, при желании можно отстегнуть.

9 Оригинальная комбинированная курточка, выполненная из нескольких видов материалов: клетчатого твида, искусственного меха, стеганки и плащевки, прекрасно впишется в гардероб в стиле «кэжуал».

10 Элегантное пальто прилегающего силуэта с длинным поясом и контрастными меховыми карманами и воротником представляет собой вещь экстра-класса.

11 Курточка в стиле «пэчворк», скомбинированная из меха, дубленки и ткани с этническими мотивами, очень комфортна в носке.

12 Куртка из стеганой ткани с кожаными рукавами и белым меховым воротником, со смещенной линией середины переда, карманами с молниями и патами на рукавах и воротнике выглядит стильно и элегантно.

13 Комбинированная куртка из стеганой плащевой ткани и меха с капюшоном выглядит стильно и прекрасно защищает от холода.

14 Пальто свободного покроя с поясом и великолепным длинным меховым воротником станет достойным украшением вашего гардероба.

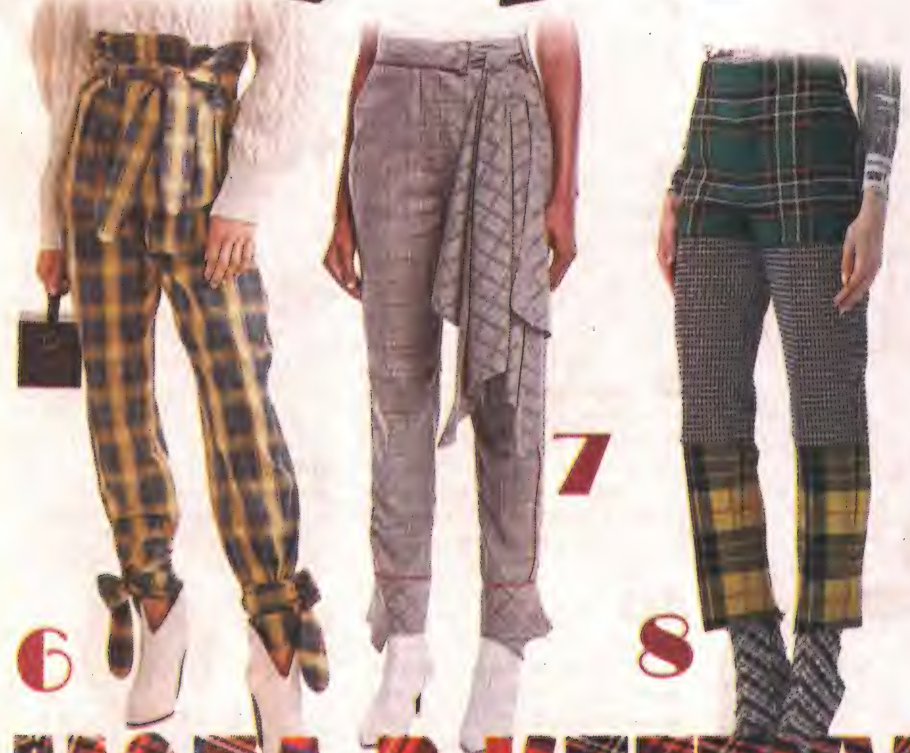
15 Куртка-дубленка с меховой отделкой, накладными карманами и застежкой-клепант — прекрасный выбор на каждый день.

16 Комбинированная курточка из светлого и темного меха с капюшоном, поясом и смещенной застежкой на молнию выручит в любой ситуации.

17 Яркая и забавная «дутая» куртка с меховой отделкой контрастного цвета порадует в ненастный день.



17



МОДА В КЛЕТКУ

Традиционный осенний тренд – клетка в очередной раз радует нас изобилием оригинальных моделей, способных сделать гардероб ярким, смелым и очень актуальным.

1 Комбинированная юбка асимметричного покрой из тканей в клетку и полоску просто не может не обратить на себя внимания!

2 Классическая юбка в стиле «Шанель» из ткани в клетку с отделкой из однотонной контрастной ткани и металлическими пуговицами, позволит выглядеть торжественно и элегантно.

3 Стильная и комфортная юбка асимметричного покрой из ткани в клетку пригодится в офисе со строгим дресс-кодом.

4 Клетчатая юбка с воланом, отделаным бахромой подойдет стройным и высоким девушкам.

5 В юбке из шотландки оригинального крой, с оборками, пришитыми по косой будет и нарядно, и тепло.

6 Забавные, яркие клетчатые брюки с завышенной линией талии, поясом и лентами с бантиками по нижнему краю, оценят молоденькие девушки с позитивным взглядом на жизнь и моду.

7 Элегантные брюки с необычным поясом-шарфом, изысканными манжетами и стильной отделкой узким контрастным шнуром, просто нельзя оставить без внимания.

8 Оригинальные брюки из клетчатой ткани трех видов станут прекрасным дополнением гардероба высоких и стройных модниц.

9 Элегантное стильное платье сшито из ткани в клетку по косой, благодаря чему обеспечивает идеальную посадку. Благородная отделка и асимметричное решение верха платья делают модель изысканной, что позволит вам проде-



монстрировать великолепный вкус.

10 Клетчатая блуза асимметричной длины, с рукавами реглан с кулисками по плечевому шву и рюшами у горловины и по нижнему краю, великолепно сочетается с черными леггинсами и контрастным поясом.

11 Комфортная рубашка из двух видов клетчатой ткани привлекает внимание рюшами на кокетке спинки и по локтевому шву рукавов.

12 Удлиненный свитшот с вставками из клетчатой ткани трех видов, капюшоном и кулиской со шнуром можно носить как соло, так и в комплекте с леггинсами или узкими джинсами.

13 Яркая клетчатая курточка с меховой отделкой швов и леопардовым воротником порадует в холодный ненастный день.

14 Просто и со вкусом: мини-платице из хлопчатобумажной и шер-

стяной клетчатой ткани способно выручить в любой ситуации!

15 Рубашка из джинсовой и клетчатой ткани с отделкой металлическими элементами и бахромой великолепно сочетается с джинсами и другой одеждой в повседневном стиле.

16 Удлиненный двубортный жакет с металлическими пуговицами, патами, накладными карманами по бокам и бахромой по нижнему краю выглядит очень стильно.



ДЛЯ ССОРЫ НЕТ ПРИЧИН!

Что и говорить, иногда поведение любимых мужчин способно довести до белого каления даже самых терпеливых из нас, и тогда им не позавидуешь! Упреки, претензии, требования и ультиматумы начинают сыпаться на них, как из рога изобилия. В пылу гнева мы не задумываемся о том, как они могут повлиять на наши отношения, ведь мы уверены в своей правоте! Но у мужчин есть своя точка зрения на каждую из ситуаций, а психологи помогут найти компромисс и подскажут, как смягчить последствия «бури в стакане воды». Перед вами пятерка одних из самых частых поводов для ссор, которые могут перерасти в настоящую вражду. Попробуем остановить их в самом начале!



покупаю продукты, потому что путь с работы долгий, с ужасными пробками, да и покупаю я всегда не то, не там и не по той цене — по ее мнению. Раньше я заезжал в магазин, но после того, как упреки умножились в геометрической прогрессии, у меня абсолютно пропало желание бежать в магазин, и наоборот, захотелось приезжать с работы еще позже, чтобы меньше времени проводить дома». Сергей, 43.

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА

Когда женщина просит мужчину заехать в магазин за продуктами, она рассчитывает, что он купит то, что ей нужно, именно в том магазине, где она привыкла, и думает, что у него займет это столько же времени, сколько и у нее. Но поверьте, эта задача для мужчин часто становится настоящей вселенской миссией, которую под силу выполнить только супер-герою. В результате — разочарование с обеих сторон. Вместо того чтобы устраивать битвы по поводу продуктов, лучше вместе съездить в супермаркет в выходной день — вы знаете, что и где нужно купить, а он поможет вам с тележкой, довезет продукты до машины, и все будут довольны.

«ПОЧЕМУ Я ОДНА ДОЛЖНА ЗАПОЛНЯТЬ ХОЛОДИЛЬНИК?!»

НА ВАШ ВЗГЛЯД...

Холодильник вечно пуст, и вам приходится самой таскать пакеты с едой. Муж только работает и не занимается продуктовыми вопросами, хотя бы мог заезжать пару раз в неделю в супермаркет и закупаться на три-четыре дня. Это очень злит...

ЧТО ДУМАЮТ МУЖЧИНЫ...

«Каждый вечер она меня «пилит» своим пустым холодильником. Да, я не всегда

«УДАЛИ СВОЮ БЫВШУЮ ИЗ ДРУЗЕЙ!»

НА ВАШ ВЗГЛЯД...

Как бы вы поступили, если бы увидели в профиле у своего возлюбленного его бывшую девушку в друзьях? Скорее всего, гневно потребовали бы от него срочно уда-

лить ее оттуда. Вы не одиноки. Очень часто наличие бывших пассий среди друзей в соцсетях сильно мешает счастью в отношениях оффлайн.

ЧТО ДУМАЮТ МУЖЧИНЫ...

«Ну что она так к ней привязалась? Почему я должен ее удалять? Мы же не общаемся! Ну и что, что она висит у меня в друзьях? Это ровным счетом ничего не значит. И все-таки, моя девушка, постоянно устраивает мне скандалы по этому поводу. А я не хочу идти у нее на поводу из-за ее глупых придирок». Иван, 21.

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА

Многие девушки отравляют жизнь себе и своим спутникам, заставляя их избавиться от прежних возлюбленных. Но зачем? Поймите, тем самым вы показываете, что не можете справиться со своей ревностью и проявляете недоверие к партнеру, что может сильно его обижать. К тому же, мужчины часто не желают выполнять это требование не потому, что их что-то связывает с бывшими подругами, а просто они считают эту претензию пустой и бессмысленной. Скорее всего, ваши опасения ничем не обоснованы, поэтому не стоит ссориться из-за призраков прошлого.

«ИЗБАВЬСЯ ОТ ЭТОЙ ПРИВЫЧКИ» НА ВАШ ВЗГЛЯД...

Вам не нравится, что он подолгу зависает в Интернете, проводит выходные на рыбалке и предпочитает провести пятничный вечер в спортбаре вместе с друзьями? Не спешите устраивать скандал.

ЧТО ДУМАЮТ МУЖЧИНЫ...

«Я много работаю и очень устаю, поэтому мне просто необходимо расслабиться и «перезарядить батарейки». Лучший отдых для меня — пообщаться с друзьями в Интернете, почитать новости и посмотреть видео, хотя моя супруга постоянно ворчит: ей кажется, что я просто трачу время впустую. Это недовольство мне уже порядком надоело. Ну почему я не могу де-

лать то,





что хочу, хотя бы часок после работы?»
Игорь, 32.

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА

Вспомните, чем обернулись попытки героини фильма «Любовь и голуби» заставить своего благоверного отказаться от любимых птичек. Запреты не принесут желаемого результата, наоборот, неспособность понять и принять желания близкого человека способны охладить отношения. Попробуйте разделить увлечение своего партнера или хотя бы не мешайте ему заниматься любимым делом.

«СМЕНИ РАБОТУ!»

НА ВАШ ВЗГЛЯД...

Вам надоело постоянно экономить, и вы видите только один выход: надо, чтобы муж нашел другую работу, более высокооплачиваемую и перспективную, о чем не устаете ему твердить каждый вечер.

ЧТО ДУМАЮТ МУЖЧИНЫ...

«Я работаю педиатром в районной поликлинике, и получаю не столько, сколько хотелось бы и мне, и моей жене. Часто беру подработку, но все равно денег не хватает, чтобы воплотить все задуманное супругой. Она постоянно корит меня за то, что я мог бы работать в частной клинике и получать хорошие деньги или стать медицинским торговым представителем, как многие мои друзья, и зарабатывать еще больше. Но в частной клинике — свои сложности, а быть представителем я совсем не хочу. Пока я не вижу для себя подходящего места, поэтому не спешу менять работу. К тому же, очень люблю лечить детей и не собираюсь менять профессию. Нужно просто жить по средствам и рассчитывать на свои возможности». Алексей, 28.

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА

Деньги, вернее их нехватка — частая причина ссор между супругами. И не всегда решение финансовых проблем зависит от смены работы главы семейства. А вдруг вам будет не хватать денег и



после того, как он устроится в другое место? Ведь их, как известно, много не бывает, а запросы растут — вспомните старуху из сказки о золотой рыбке. Чтобы не оказаться у разбитого корыта, лучше попробовать заняться планированием бюджета и немного снизить планку, не требуя от мужа невозможного. Компромисс в финансовом вопросе просто необходим, и нужно направить все силы на его достижение.

«ТЫ МЕНЯ НИКОГДА НЕ СЛУШАЕШЬ!»

НА ВАШ ВЗГЛЯД...

Вам все время кажется, что вы ЛУЧШЕ знаете, как надо! И поэтому пытаетесь изо всех сил убедить возлюбленного прислушаться к вашей точке зрения.

ЧТО ДУМАЮТ МУЖЧИНЫ...

«Жена постоянно требует, чтобы я выполнял все ее инструкции, поступал только так, как говорит она. Если же я приму собственное решение, и не дай Бог, это приведет к неудаче, она готова меня съест живьем.»

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА

«Я же тебе говорила! Ты все сделал не так! Вот если бы ты меня послушал...» — варианты упреков, которые могут стать началом конца даже самых успешных отношений. Подобные заявления просто провоцируют на конфликт. Ошибка многих женщин в том, что они воспринимают мужчин как маленьких несмышленых детей. В то время как они стремятся проявлять самостоятельность, брать инициативу и ответственность на себя, как и положено главе семьи. Противоречие налицо. Подобные фразы сигнализируют мужчине: «Ты ничего без меня не можешь сделать. Ты глупый и несамостоятельный», а ведь он совсем не такой! Всем людям, и мужчинам в том числе, свойственно время от времени совершать ошибки, и лишнее напоминание об этом вызывает только гнев и раздражение, которые неминуемо приведут к охлаждению отношений.

Подготовила Марина ГРУЗДЕВА



Гороскоп

с 15 ноября по 15 декабря

Астролог-консультант Николь БУРЯ

ОВЕН Во второй половине ноября необдуманные поступки и скоропалительные решения могут внести большой разлад в отношения с окружающими, проблемы с законом, денежные потери. В первой половине декабря может появиться желание или возможность отправиться в поездку за границу. Звезды говорят, что разумнее было бы отказаться, так как велика вероятность попасть в экстремальную ситуацию.

Неблагоприятные дни в ноябре: 16, 21, 25, 29. В декабре: 4, 9, 14.

ТЕЛЕЦ Во второй половине ноября возможны сложности с проверяющими инстанциями, выяснение отношений с партнерами. В случае разногласий финансового характера можно рассчитывать на поддержку близких людей: как моральную, так и финансовую. С 1 по 15 декабря возможно успешное приумножение имущества. В дальних поездках не исключена встреча с любимым человеком.

Неблагоприятные дни в ноябре: 15, 19, 24, 28. В декабре: 2, 7, 13, 17.

БЛИЗНЕЦЫ Вторая половина ноября — благоприятный период для объяснений в любви и создании своей семьи — тем, кто не состоит в браке. С 16 по 23 ноября берегите себя от осенних инфекций и простуд. Начало декабря может принести сложные финансовые ситуации, конфликты на работе и в семейных отношениях. После 10 числа есть опасность быть втянутыми в рискованные планы и проекты.

Неблагоприятные дни в ноябре: 16, 22, 25, 29. В декабре: 5, 10, 14.

РАК После 16 ноября захочется уединения и покоя, но вместо этого придется заниматься проблемами детей и внуков, принимать активное участие в общественной деятельности, налаживать деловые контакты. В первой половине декабря, несмотря на то, что работать придется в «поте лица», романтически настроенные представители этого знака найдут время и для любовных утех.

С 3 по 11 декабря повышена опасность травматизма.

Неблагоприятные дни в ноябре: 19, 23, 28. В декабре: 2, 6, 11.

ЛЕВ В конце ноября захочется отдохнуть, заняться личными и семейными делами. Профессиональные дела стабилизируются, появится возможность заключить выгодную сделку. Декабрь принесет крупные расходы на неожиданные поездки, связанные с детьми и родственниками. Не стоит планировать на этот период важные дела, а также дальние поездки и развлекательные путешествия.

Неблагоприятные дни в ноябре: 17, 22, 26. В декабре: 1, 5, 10, 14.

ДЕВА Во второй половине ноября возможны проблемы в домашнем хозяйстве. Может потребоваться ремонт сантехники, системы отопления, бытовой техники или электрооборудования. В начале декабря нервное напряжение предыдущих месяцев вызовет упадок сил, а возможно, и некоторое ухудшение здоровья. В период со 3 по 12 декабря лучше побыть дома, чтобы подлечиться, отоспаться, отдохнуть, набраться сил.

Неблагоприятные дни в ноябре: 20, 23, 27. В декабре: 3, 7, 11.

ВЕСЫ Во второй половине ноября вами могут заинтересоваться проверяющие инстанции. В третьей декаде месяца возможны как крупные поступления денежных сумм, так и большие траты, связанные в основном с домашними проблемами. В первой половине декабря возможны краткосрочные поездки, встречи с родственниками. С 10-го по 15-е конфликты с окружающими могут значительно осложнить жизнь.

Неблагоприятные дни в ноябре: 17, 21, 25, 30. В декабре: 4, 9, 15.

СКОРПИОН Усталость и напряжение первой половины ноября могут негативно отразиться на настроении, толкнуть на необоснованный риск, привести к крупным проблемам и даже к авариям и травмам. В первой половине декабря, особенно с 10 по 15 число, будьте внимательны к своим тратам, ваше желание приобретать может превзойти ваши финансовые возможности.

Неблагоприятные дни в ноябре: 15, 20, 24, 28. В декабре: 3, 7, 12.

СТРЕЛЕЦ Во второй половине ноября возможна неразбериха в делах, конфликты в семье и с возлюбленными, ослабление энергетики. В первой половине декабря больше внимания уделяйте близким. Дела профессионального плана лучше отложить на вторую половину декабря. Скоро вы сможете удачно разрешить многие профессиональные и личные проблемы, укрепить свое материальное положение.

Неблагоприятные дни в ноябре: 18, 22, 25, 29. В декабре: 5, 9, 15.

КОЗЕРОГ Во второй половине ноября держитесь подальше от сплетен и интриг. Постарайтесь не принимать скоропалительных решений и не поддавайтесь искушению строить козни своим завистникам. В первой половине декабря ситуация по-прежнему будет сложной, потребуются много времени и сил для улаживания различных проблем. С деньгами проблем не предвидится, а вот здоровье может подвести.

Неблагоприятные дни в ноябре: 18, 22, 26. В декабре: 3, 8, 12.

ВОДОЛЕЙ С 15 по 24 ноября возможны серьезные проблемы в делах. После 24 ноября в вашем окружении появятся люди, способные поддержать вас. Лучше занять выжидательную позицию и посмотреть, «откуда подует ветер». В начале декабря возможны крупные непредвиденные расходы. Придется решать проблемы близких и чем-то жертвовать в ущерб своим собственным служебным и профессиональным делам.

Неблагоприятные дни в ноябре: 18, 22, 26. В декабре: 1, 5, 9.

РЫБЫ Во второй половине ноября работа, дела семейные и общественные нагрузки будут требовать повышенного внимания. В начале декабря могут благоприятно разрешиться многие сложные проблемы, а финансовые дела пойдут успешно. Будьте настойчивы в делах, дипломатичны с окружающими, внимательны и терпеливы с близкими, не провоцируйте конфликты сами, но и не сдавайте своих позиций.

Неблагоприятные дни в ноябре: 19, 23, 27. В декабре: 2, 8, 13.

ДОРОГОЕ, ЕЩЕ ДОРОЖЕ

А вы могли бы себе позволить потратить целое состояние на завтрак, обед или ужин? Существуют эксклюзивные блюда, стоимость которых измеряется сотнями и тысячами долларов. Даже в элитных ресторанах их может себе позволить далеко не каждый посетитель. Все дело в цене!

МРАМОРНАЯ ГОВЯДИНА

Самым дорогим мясом в мире является мраморная говядина японских коров Вагю. Животные окружены особым уходом и заботой, ежедневно им дают пиво и саке, а в корм идут только лучшие травы. Долгое время японцы препятствовали вывозу коров для разведения в других местах, однако сегодня этих животных раз-



водят и в Австралии. Но это привело только к удорожанию мяса, ведь австралийцы в уходе за этими коровами пошли еще дальше. Так что, желая отведать мраморной говядины, приготовьте кошелек. За 200 г филе придется выложить в Европе более 100\$, а самые нежные куски доходят в своей стоимости до 1000\$

ШАФРАН

Эта специя и в наше время стоит дороже, чем золото. Шафран готовят из рыльца цветка фиолетового шафранового крокуса. В каждом цветке всего 3 таких рыльца, и на изготовление 100 г сухой специи идет



примерно 50 тысяч цветков. Такого количества цветков крокуса достаточно, чтобы покрыть ими футбольное поле. 500 г шафрана может стоить от 500\$ до 5000\$.

АЛМАЗНАЯ ИКРА

Это наиболее качественный сорт белужьей икры необычного светлого оттенка. Чем старше рыба, тем светлее икра, а поскольку белуги сейчас довольно редки, то старые белуги вообще ценятся на вес золота. Эта икра обладает весьма тонким и изысканным вкусом. Банка для этой икры, ALMAS, сделана из 24-каратного золота, и является отличной оправой для своего драгоценного содержимого. Подобное блюдо можно отведать только в лондонском ресторане Caviar House & Prunier, что расположен по улице Пикадилли. Стоимость - почти 500000\$ 1 кг.



БЕЛЫЙ ТРЮФЕЛЬ

Эти грибы растут в Северной Италии, и их стоимость может достигать почти 3000\$ за 500 г.



КОФЕ КОРИ LUWAK

Сорт кофе известен тем, что производится из кофейных зерен, которые прошли по желудочно-кишечному тракту азиатской пальмовой куницы, довольно редко встречающегося животного. Эта куница ест ягоды, однако кофейные бо-



бы проходят через пищевод нетрун-
тыми, по-
сле чего
их собира-
ют спе-
ци-

ально обученные работники. Этот сорт кофе производится на Суматре, Яве, в Малайзии, а также на Филиппинах. В год сборщики собирают всего 500 фунтов бобов, цена 300\$ 0,5 кг.

«АЛМАЗНОЕ» МАРТИНИ

Собственно, это обычный martini, только вместо оливки бармен кладет 1,6-каратный бриллиант. Конечно, вкус martini должен соответствовать бриллианту, и поэтому цена за такой коктейль



составляет 16000\$. Попробовать можно только в отеле Ritz-Carlton, Токио, Япония.

NI NO'S BELLISSIMA

Эта пицца не похожа на те, что продаются в сети ресторанов быстрого питания. Пицца Ni-no's Bellissima включает лобстера, крабовое мясо и 6 видов икры. Если у вас есть лишняя 1000\$, можете попробовать.





ПОДУШКИ ОТ СКВОЗНЯКОВ

В холодное время года сквознячок так и норовит пробраться в дом, независимо от того, пластиковые у вас окна или нет, и насколько тщательно вы заделывали щели. Когда на улице ветренно, холодно так и гуляет по подоконникам и полу. Справиться с этой проблемой можно просто – например, бросить под дверь старое одеяло, а на подоконник купить специальный утеплитель, но радости, а также красоты и уюта, такое решение не добавит. Поэтому предлагаем вам другое – творческое, креативное и очень увлекательное – смастерить забавные подушки от сквозняков своими руками. Вам будет чем заняться долгими осенними вечерами, а результат наверняка приведет в восторг ваших домочадцев и гостей. Итак, представляем вам идеи для вдохновения!





Подготовила Валентина КИРНОС

ВЫБИРАЕМ ХОББИ

Тест

Дом, работа, семья... Жизнь слишком скучна и однообразна? Откройте для себя мир новых впечатлений с помощью интересного и оригинального хобби. Ответив на вопросы нашего теста, вы найдете увлечение, которое доставит вам море удовольствия и сделает вашу жизнь радостной и счастливой!



БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ А: ТВОРЧЕСКОЕ ХОББИ

Вы любите наблюдать и размышлять, проводя время в одиночестве. У вас прекрасный вкус и склонность к созиданию. Благодаря врожденной усидчивости и терпению, вам легко сосредоточиться на конкретном занятии и посвятить ему долгое время. Вы — творческая личность с богатым воображением и фантазией. Ваша стихия — творчество, поэтому стоит посвятить ему часть вашего свободного времени. Скорее всего, вы уже освоили вышивание крестиком и макраме, поэтому мы предлагаем вам попробовать новинки модных увлечений: эбру — рисование специальными красками на водной поверхности с последующим перенесением изображения на холст, квиллинг — создание картин из скрученных в спирали длинных полос бумаги, канзаши — изготовление бижутерии из лент или скрапбукинг — создание фотоальбомов. Вам также подойдут мыловарение, рисование песком, декупаж, карвинг и амигуруми — японское искусство создания забавных маленьких вязаных фигурок.

1. Вам предстоит кропотливая монотонная работа. Ваша реакция.

Ничего страшного, главное — Включить любимую музыку — А.

Это ужасно! Я выдержу только двадцать минут — Б.

Не скажу, что я в восторге, но все зависит от задания — В.

2. Ваши близкие уехали на выходные, и вы предоставлены сами себе. Как вы

проведете это время?

Пройдусь по магазинам, поболтаю с подругами, посижу в кафе — А.

Засяду с книжкой на диване, а потом посмотрю фильм — В.

Поеду с друзьями в клуб или устрою вечеринку дома — Б.

3. Какую одежду вы выбираете?

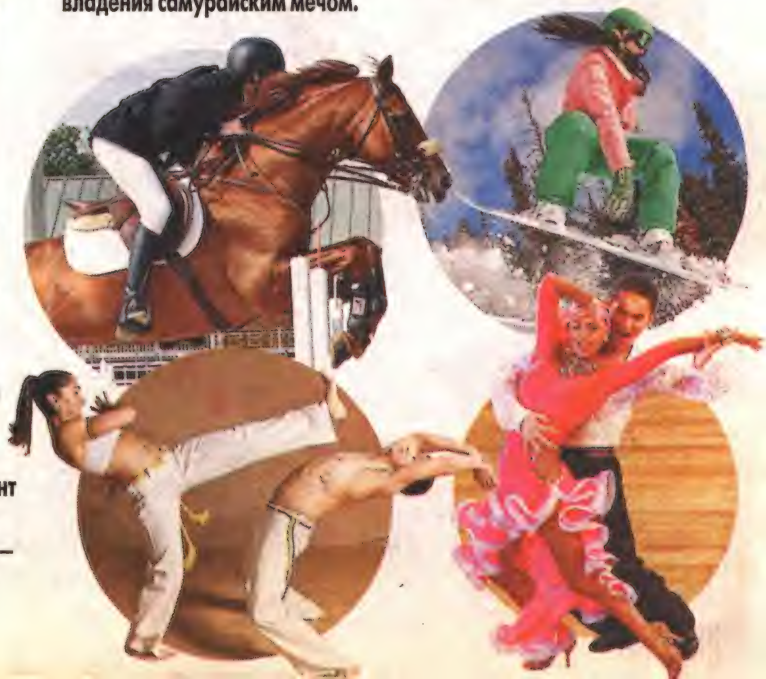
Комфортную и удобную. Мне приходится много передвигаться по городу — Б.

Классическую. Хочу выглядеть прилично в любой ситуации — В.

Оригинальную. Не люблю скучные фасоны и тусклые цвета — А.

БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ Б: АКТИВНОЕ ХОББИ

Вы не любите сидеть на месте и предпочитаете активный образ жизни. Рутинная и монотонная работа вам не по душе, усидчивость — не ваш конек. Для того чтобы чувствовать себя счастливой, вам необходимо море эмоций, новые впечатления и хорошая порция адреналина. Вы не представляете свою жизнь без движения и, скорее всего, с детства занимаетесь спортом: плаванием, фигурным катанием или теннисом. Настало время попробовать что-нибудь новенькое. Например, горный туризм, верховую езду, рафтинг, паркур или сноубординг. Обратите внимание на капоэйру — красивое боевое искусство из Бразилии, спортивные танцы или кэндо — искусство владения самурайским мечом.



4. Какую книгу вы возьмете с собой в отпуск?

- Б. «Неразгаданное убийство»
- А. «Тайна королевского замка»
- В. «Любовный треугольник»

5. Оказавшись в большой очереди, вы достаете свой смартфон и...

- А. слушаете хорошую музыку в наушниках
- Б. играете в любимую игру
- В. читаете книгу

6. Кем вы мечтали стать в детстве?

- В. Врачом или учительницей
- Б. Супер-звездой: певицей, балериной или артисткой
- А. Дизайнером одежды или моделью

7. Вы приехали в командировку в большой, большой, город. Куда вы прежде всего отправитесь, когда у вас будет

свободное время?

- А. В самый модный торговый центр
- Б. В самый популярный парк развлечений
- В. В самый интересный музей

8. Что вам больше по душе?

- В. Научиться чему-то новому
- Б. Отправиться в поход
- А. Освоить приготовление нового блюда

9. На работе вы...

- Б. Постоянно общаетесь с клиентами и посещаете биз-

нес-встречи — Б.

Сама себе хозяйка, наслаждаетесь тишиной, спокойствием и свободным графиком — А.

Сидите за компьютером и выполняете задания начальства — В.

10. Вы строите дом вашей мечты. Что в нем будет обязательно?

Большая мастерская, где вы могли бы творить — А.

Просторный и уютный кабинет, где вы могли бы спокойно работать, размышлять и читать — В.

Огромный бассейн, где можно было бы отдохнуть после работы — Б.



БОЛЬШИНСТВО ОТВЕТОВ В: ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ ХОББИ

Вы очень любознательны, открыты ко всему новому и постоянной испытываете интеллектуальный голод. Популярный советский лозунг «Учиться, учиться и учиться» — девиз всей вашей жизни. Саморазвитие и образование — вот что для вас важнее всего. Вас привлекает все новое и необычное, и вы готовы с упоением отдаться освоению неизведанного. Выбирайте еще нереализованные вами сферы деятельности, далекие от вашей профессии: курсы самопознания и медитации, иностранных языков, или разведение бабочек — экзотическое хобби, которое может стать весьма прибыльным бизнесом. Если вы склонны к писательскому творчеству, вам понравится модное сейчас увлечение — написание фанфиков — литературных произведений с вольным развитием классического сюжета. Если вы считаете себя литературным гурманом, обратите внимание на буккроссинг — увлекательный книгообмен, который позволит вам отыскать и прочитать самые редкие и эксклюзивные книги. Увлекаетесь историей? Попробуйте присоединиться к единомышленникам, занимающимся историческими реконструкциями. Там наверняка пригодятся ваши обширные знания, а различные фестивали и праздники подарят невероятную атмосферу.

Продлись, продлись, огарование...

Знакомство Федора Ивановича Тютчева и Елены Александровны Денисьевой полностью изменило жизнь обоих, наполнив ее самоотверженной и сильной любовью. Благодаря этой любви, наша классическая поэзия украсилась жемчужинами великолепных лирических стихотворений, в которых прекрасный русский поэт — философ и лирик — запечатлел вечную историю великого чувства, сотканную из сокровенных тайн сердца и души, упоения страстью и горестного сознания обреченности, беспомощности человека перед неотвратимым роком...

Даровано судьбой

Федор Иванович Тютчев родился 23 ноября 1803 г. в родовой, но небогатой дворянской семье.

Мальчик рано обнаружил необыкновенные дарования и способности к учению. Он получил прекрасное домашнее образование под руководством С. Е. Раича — поэта-переводчика, знатока классической древности и итальянской литературы. Под влиянием учителя Тютчев рано приобщился к литературному творчеству и уже в 14 лет успешно переводил Горация, в связи с чем в 1818 году был избран сотрудником Общества любителей русской словесности. В 1819 году, в неполные шестнадцать лет, он поступил в Московский университет на словесное отделение, а в 1821 году окончил обучение и получил кандидатскую степень.

В 1822 году Федор Иванович прибыл в Петербург на службу в государственную коллегию иностранных дел и в том же году уехал за границу — сверхштатным чиновником русской миссии в Мюнхене. За границей он прожил, с незначительными перерывами, двадцать два года.

В 1833 г. Тютчев был отправлен «курьером» с дипломатическим поручением на Ионические острова, а в конце 1837 г. — будучи уже камергером и статским советником — он был назначен старшим секретарем посольства в Турине.

В 1844 году он вернулся в Россию. В петербургском обществе имел большой успех, да и как иначе: Федор Иванович — разносторонне образованный, блестящий, остроумный и одновременно

глубокий собеседник — был невероятно обаятельным человеком.

Поэт-любитель

К сожалению, поэзия и вообще литературное творчество были для Тютчева в основном делом случая, а не предметом целенаправленной деятельности. Писал он немного и как бы под настроение, по желанию — а ведь в другом случае русская литература обогатилась бы еще не одним десятком шедевров. Хотя и про то, что было написано поэтом и издано почитателями его таланта — прежде всего, Тургеневым и Некрасовым, — Афанасий Фет сказал с полным основанием:

*...Муза, правду соблюдая,
Глядит, а на весах у ней
Вот эта книжка небольшая
Томов премногих тяжелей.*

Стихотворения Тютчева печатались во многих изданиях; некоторые из них, благодаря хрестоматиям, становятся известными всякому русскому читателю в раннем детстве — достаточно вспомнить хотя бы «Люблю грозу в начале мая...».

Не музы, но жены

Тютчев был женат дважды, и оба раза, как говорится, по любви. Но ни одна из жен не стала его Музой — так распорядилась Судьба, или Рок, о безграничной власти которого немало печально-возвышенных строк в стихотворениях Тютчева. А возможно, потому, что обе были иностранками. Тютчев не единожды признавал-

ся, что выражает свои мысли тверже по-французски, чем по-русски, письма и статьи писал он только на французском языке, да и практически всю жизнь говорил почти исключительно по-французски. Однако, и это очень многозначительный факт, самым сокровенным порывам своей творческой мысли он находил выражение только в русском стихе!

Ни первая, ни вторая его жена не знали ни слова по-русски, и вдохновить его родной речью никак не могли. Правда, к чести Эрнестины, второй жены, надо сказать, что она впоследствии изучила родной язык мужа, чтобы понимать его произведения...

Трудясь на дипломатической ниве в Германии, в 1826 году Тютчев женится на баварской аристократке Элеоноре Петерсон, урожденной графине Ботмер. Их салон вскоре сделался средоточием интеллигенции; здесь бывали многие представители немецкой науки и литературы, в том числе философ Шеллинг и великий Гейне, стихотворения которого Тютчев тогда же стал переводить на русский язык.

Элеонора родила Федору Ивановичу трех дочерей. Их семейная жизнь складывалась вполне благополучно. Однако в 1837 году случилась беда.

Пароход «Николай I», на котором семья Тютчева ехала из Петербурга в Турин, потерпел бедствие в Балтийском море. Кстати, при спасении Элеоноры и детей Тютчеву помог плывший на том же пароходе Иван Сергеевич Тургенев. Но купание в холодной балтийской воде не прошло бесследно для здоровья Элеоноры Тютчевой, и через год она



умерла. Тютчев, проведя ночь у гроба покойной супруги, посидел в несколько часов.

Однако уже в 1839 году Федор Иванович сочетается браком с Эрнестиной Дёрнберг. А через пять лет, в 1844 году, семья Тютчевых возвращается в Россию.

В 1850 году случайное знакомство сводит Тютчева с женщиной, ставшей его большой, яркой и... последней любовью.

Пленник любви

Дочери Тютчева Дарья и Екатерина (16 и 15 лет) учились в Смольном институте благородных девиц. В одно из посещений дочерей он увидел молодую классную даму «с глазами цвета черной смородины после дождя». Учительница то хвалила, то журила девочек, на острые реплики их отца откликалась переливчатым смехом, а он... он не мог отвести от нее взгляда.

Так в жизнь 47-летнего Тютчева вошла 24-летняя Елена (Леля) Денисьева. Девушка принадлежала к старому, но обедневшему дворянскому роду; она рано лишилась матери, а ее отец, майор А.Д. Денисьев, женился вторично и служил вдали от столицы. Елена Александровна осталась на попечении своей тетки — инспектрисы Смольного института, которая и пристроила свою воспитанницу поближе к себе.

Природа одарила Елену большим умом и остроумием, впечатлительностью и живостью, глубиной чувств, энергией характера: попав в хорошее общество, она довольно быстро преобразилась в блестящую молодую даму.

Елена Александровна Денисьева оказалась способна на «такую глубокую, такую самоотверженную, такую страстную и энергичную любовь, что она охватила Тютчева, все его существо, и он остался навсегда ее пленником». А еще эта женщина имела характер самоотверженный, волевой, и была готова на многое ради любимого человека

Не жена, но муза

Творчество Тютчева литературоведы подразделяют на три периода. Последний, третий период, продолжавшийся до кончины Тютчева, начинается — после десятилетнего творческого молчания — со времени знакомства поэта с Денисьевой. Именно в этот период создан пронзительный «денисьевский цикл» стихотворений, насыщенных мотивами роковой любви.

Эти стихи стали художественным выражением душевной драмы поэта. В них любовь предстает в различных ипостасях: как возвышающее человека духовное чувство, как могучая, слепая страсть, как тайное чувство, некая стихия. Человек сильных страстей, Тютчев запечатлел в стихах все оттенки этого чувства: любовь для него «и блаженство, и безнадежность», напряженное, траги-

ческое состояние, несущее человеку счастье и страдание одновременно, «поединок роковой» двух сердец, и даже символ человеческого существования вообще.

Все исследователи творчества Тютчева отмечали, что в его лирику после знакомства с Денисьевой вошел конкретный человек. Тютчев один из первых при изображении любви главное внимание переключает на женщину. Стихи «денисьевского цикла» — это осмысленные Тютчевым любви как трагедии, как фатальной силы, ведущей к опустошению и гибели!..

Это было неспроста. Безумно влюбленный, нашедший свою Музу, Тютчев, тем не менее, не мог изменить существовавшего положения вещей. Не мог, и неверотно страдал из-за этого. Мир условностей, человеческой пошлости и лицемерия, который он презирал, мир, жестоко противостоящий двум любящим сердцам, оказался сильнее его. Пылая любовью, поэт страдал, обрекая на страдания и свою возлюбленную.

*Судьба трагическая музы
О, как убийственно мы любим,
Как в буйной слепоте страстей
Мы то всего вернее губим,
Что сердцу нашему милей...*

Тютчев предельно честен в этих строках. С семьей он не порвал, не смог решиться на это. Мучительная раздвоенность терзала его. Он не мог жениться на Денисьевой, а в ту пору сожительство невенчанной пары было делом скандальным. Поскольку Тютчев был высокопоставленным чиновником, их роман был на виду у света и, естественно, подвергался осуждению. Любовь эта была трудной, горькой для обоих. Но особенно тяжело было Денисьевой. От Елены отрекся отец, тетя лишилась поста в Смольном институте. На детей — а их у Тютчева и Денисьевой было трое — легло клеймо «незаконнорожденных». Не сумев оградить любимую женщину от «суда людского», поэт к себе самому обращал горький упрек:

*Судьбы ужасным приговором
Твоя любовь для ней была,
И незаслуженным позором
На жизнь ее она легла...*

Ей отказали в приемах в тех домах, в которых еще недавно принимали с такой радостью и вниманием. Теперь же под влиянием ее ложного положения в обществе начал меняться характер Денисьевой, появились несдержанность и вспыльчивость, обидчивость и религиозная экзальтация. Все это не могло не сказаться на ее здоровье.

Друг мой милый...

Хоронили Елену Денисьеву 7 августа 1864 года, умершую 4 августа от чахотки. Из письма Тютчева: «Все кончено — вчера мы ее похоронили... Во мне все убито: мысль, чувство, память, все... Пустая, страшная пустота. И даже в смерти не предвижу облегчения. Ах, она мне на земле

нужна, а не там, где-то... Сердце пусто...» Боготворивший свою последнюю любовь, гордившийся и удивлявшийся своей любимой, он уже ничего не может сделать, он не в силах вернуть ее. Женщина, озарившая его путь, отдавшая ему свою любовь и свою жизнь — ушла. Воссоединятся ли они когда-нибудь, воссоединятся ли их любящие души — Бог знает!..

*Вот бреду я вдоль большой дороги
В тихом свете гаснущего дня...
Тяжело мне, замирают ноги...
Друг мой милый, видишь ли меня ?*

Горькая утрата стала первой в длинном ряду несчастий, преследовавших Федора Ивановича уже до последних его дней. Через год умерли двое из его детей — сын и дочь. Вскоре он потерял своего горячо любимого брата. Жестокие удары судьбы оказались слишком тяжелы для Тютчева — он стал слабеть, его ясный ум тускнел, поэтический дар стал изменять ему.

«Не живет... Только при ней и для нее я был личностью, только в ее любви, в ее беспредельной ко мне любви я создавал себя...»

После первого удара паралича (1 января 1873 г.) он уже почти не поднимался с постели, после второго прожил несколько недель в мучительных страданиях. 15 июля 1873 года Тютчев скончался.

В последние минуты, возможно, перед его мысленным взором вновь явился образ Той, что была его истинной Любовью и Музой, и угасающее сознание обратилось к этому миру с последней просьбой:

*Помедли, помедли, вечерний день,
Продлись, продлись, очарованье...*

По материалам интернет-сайтов
подготовил Саша МИРТ





КТО ОН: ДВОЕЖЕНЕЦ ИЛИ МОЛОДЕЦ?

Осознание ситуации «мой муж мне изменяет» женщину сначала вводит в ступор, потом в ярость, потом вгоняет в длительную депрессию. А если он не просто изменяет, а уже много лет живет на две семьи и во второй семье имеет ребенка? Прежде чем рубить с плеча, устраивать скандал и требовать развода, подумайте, как он дошел до жизни такой. Что заставило вашего любимого мужа завести параллельную семью? И если его посетила любовь неземная, почему он просто не ушел к другой женщине и не создал с ней новую семью?

Да, вам обидно и горько, но, поверьте, что и ему очень не сладко.

ШУТКИ ПРИРОДЫ?

Зачем мужчине вторая семья? Не подруга, любовница, а именно семья?

Может быть, в этой ему чего-то не хватает? Вы можете возразить, что мужчины по своей природе полигамны. Но у подавляющего большинства мужчин эта природная склонность выражается в поиске приключений и развлечений на стороне, но не второй семьи. Ведь жить на две семьи одновременно очень непросто: всем надо уделять внимание, решать в два раза больше проблем, содержать сразу две семьи и при этом постоянно лгать, ловчить, прятаться, изворачиваться, «шифроваться». Ради чего же мужчина идет на такие сложности?

ПОЧЕМУ ОТ ДОБРА ДОБРА ИЩУТ?

«Мой коллега несколько недель ходил на работу сам не свой, потом подошел и попросил у меня совета, потому что знал, что я недавно развелась с мужем. Оказывается, что у него в семье после 10 лет абсолютно безоблачной жизни начались бесконечные скандалы. Они его так измучили, что он просто стал бояться идти домой. Я предложила ему рассказывать все, что он считает нужным, а мы совместными усилиями будем искать причины раздоров и выходы из ситуаций. Эти беседы как-то плавно довели нас до постели. Он понял, что его семья на грани развода, жалко только детей: они еще маленькие и очень любят отца.

Отдушина, которую ему дала наша связь, помогла ему спокойнее относиться к претензиям супруги, он перестал принимать семейные разборки близко к сердцу, а жена, не видя его реакции на ее «выступления», успокоилась и перестала раздувать скандалы из-за пустяков. Теперь они живут мирно.

Вот только ему приходится жить на две семьи: нашей дочурке уже пять лет. Скоро его мальчишки окончат школу и он, скорее всего, разведется.

Но даже если на развод не решится, это ничего не изменит. Нас уже трое.

С ним мы видимся на работе, вечера он часто проводит с нами, а при малейшей возможности остается у меня ночевать». **Анна, 32.**

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА. Причиной создания новой семьи часто становится кризис в старой. Но ответственный мужчина, любящий своих детей, остается в семье ради выполнения отцовского долга, а вторая семья для него становится отдушиной. Мужчина перестает остро реагировать на претензии жены, и это останавливает маховик семейных скандалов, в ней наступает мир.

У него пропадает необходимость уходить из семьи. Но как он решит жить дальше, неизвестно. Мужчины стараются без крайней необходимости ничего в жизни не менять.

ОДИН В РОСТОВЕ, ДРУГОЙ В БИРЮБИДЖАНЕ

«Я работаю на предприятии, которое является филиалом московского. К нам оттуда регулярно приезжают представители для контроля и обучения персонала. Павел, молодой симпатичный мужчина, приезжал регулярно на две-три недели. Мы были шапочно знакомы, непосредственно со мной он не работал. Однажды я поймала его голодный взгляд, когда ела домашний пирожок. Угостила его, он не отказался, мы разговорились, и после работы я пригласила его на борщ. Так получилось, что, приезжая в командировку, он стал останавливаться у меня. А когда я забеременела, и мы с ним решили, что буду рожать. Павел по-прежнему приезжает в командировки и помогает мне растить наше чадо. Две недели он живет в Москве с женой и дочерью, две недели — со мной и сыном. Только об одном молюсь, чтобы предприятие наше не закрыли и жена его ничего не узнала, ведь тогда командировки закончатся. Из семьи он не уйдет, а нам с сыном хватает и этого, тем более что свою любовь, время и деньги он делит поровну». **Полина, 28.**

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА. Постоянные командировки и разъездная работа часто становятся причиной создания второй семьи. Жить в уютном доме с приятной женщиной лучше, чем в гостинице. И

такая связь, без обязательств, может длиться долго — до тех пор, пока не появляется ребенок. Именно дети заставляют мужчин жить на два дома. Пока во второй семье нет детей, вопрос о разводе обычно даже не встает.

«ЧЕТЫРЕ СЫНОЧКА И ЛАПОЧКА ДОЧКА»

«Мы прожили с мужем семь лет, но детей у нас не было. Сколько было пройдено обследований, сколько денег истрачено на лечение — страшно вспомнить. Но нам с мужем очень хотелось ребенка. А потом я совершенно случайно узнала, что у него есть другая семья, в которой двое ребятшек.

Мне было очень горько, потому что знала, как он любит детей. Наш брак был бесплодным, и я уже была готова услышать от мужа, что он уйдет к детям.

И вот, когда я уже отчаялась не только родить ребенка, но и сохранить семью, случилось чудо. Мне уже было все равно, уйдет муж или останется со мной. Главное, у меня будет малыш. Но муж был так счастлив, услышав это известие, что о разводе даже не заикнулся. Теперь мы вместе растим дочку. И я не знаю, что мне делать. Прогнать его? Оставить все, как есть? На мой вопрос, почему он не ушел, муж ответил, что долго хотел ребенка от любимой женщины и, наконец, дождался». **Александра, 37.**

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА. Отсутствие детей в браке с любимой женщиной — вот причина того, что мужчина находит радость отцовства с другой. И именно в этом случае он часто делает выбор в пользу второй семьи, той, где есть дети. Хотя бывает и по-другому.

НЕ ПО ВОЗРАСТУ

«Мы с мужем прожили в браке 15 лет. У нас двое детей, которые в детстве много болели, потом пошли в школу. Вся моя жизнь была посвящена им, хотя до их рождения мы с мужем были заядлыми путешественниками.

Таким же непоседой он и остался: успевал делать карьеру и ездить по всему миру. Вот только съездить куда-нибудь всей семьей у

нас не всегда получалось. Муж часто пользовался скидками на путевки в отпускной сезон, а во время учебного года, я из-за детей сопровождать его не могла.

Случайно выяснилось, что у него уже несколько лет длится роман с молодой женщиной, хозяйкой турагентства. Они ездят по всему миру вдвоем, а с некоторых пор и втроем — у них родился сынишка. Я серьезно поговорила с мужем, пыталась его выгнать, но он сказал: «Не выдумывай, я вас очень люблю и никогда не брошу, ведь моя карьера сложилась так удачно лишь потому, что ты хранила наш семейный очаг и занималась детьми. Но и ее я тоже люблю. Рядом с ней я чувствую себя молодым и сильным. А ребенок случайно получился». И вроде бы, я все понимаю, но теперь каждую минуту думаю, что делать и как быть, если он все-таки уйдет.» **Анна, 43.**

КОММЕНТАРИЙ ПСИХОЛОГА. Мужчина может создать вторую семью, влюбившись, как в юности. Но это вовсе не означает, что у него не осталось никаких чувств к жене. Просто его любовь перешла на другой уровень, родственный. Жена и дети — это неотъемлемая часть его жизни, и расставаться с ними мужчина не желает. И тут многое зависит от жены. Если ей удастся вернуть в брак те ощущения, которые привлекли их с мужем друг к другу в самом начале отношений, станет мужу уделять больше внимания, возможно, в семью опять придет тот драйв, которого так не хватает.

СПОКОЙСТВИЯ РАДИ

«Ж» акой ужас, хорошо, что это не про мою семью», — возможно, подумаете вы. Замечательно, если это так. А если все вышесказанное только обострило ваши подозрения? Оставить все, как есть, или попытаться узнать правду?

Лучше всего понаблюдать и сделать вывод, но не торопиться с окончательным решением, даже если ваши подозрения подтверждаются. Итак, вам стоит быть внимательнее, если...

ОН ЧАСТО УЕЗЖАЕТ ИЗ ДОМА

Неважно, требует этого работа или его хобби, но, по свидетельствам частных

детективов, поездки и командировки — это прикрытие номер один для неверных супругов, ведущих двойную жизнь.

У ВАС НЕТ ДОСТУПА К ЕГО МОБИЛЬНОМУ ТЕЛЕФОНУ

Ему очень легко контактировать со второй семьей, если он не боится, что вы ответите по его телефону или прочитаете его переписку. Как-нибудь при случае попросите его воспользоваться его телефоном и обратите внимание на его реакцию и ответ.

ВЫ НЕ ВЛАДЕЕТЕ ПОЛНОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ О ЕГО ДОХОДАХ

Вряд ли вы точно знаете размер доходов мужа. И даже если знаете официальные, нет гарантии, что у него нет каких-то других источников средств, которые он может тратить на другую семью. Если это возможно, попробуйте прояснить финансовую ситуацию, не привлекая внимания.

У НЕГО ЕСТЬ ДЕТИ ОТ ПЕРВОГО БРАКА

Если в предыдущей семье у него остались дети, собственность (квартира, дача, загородный дом) или часть бизнеса, это веская причина для постоянных контактов с бывшей женой. Где гарантия, что он не затоскует по «старым добрым временам» и не захочет вернуться в них?

Если вы исключены из их общения, ему будет несложно возродить семейную жизнь с бывшей.

ВЫ НЕ ВЫХОДИТЕ В СВЕТ ВДВОЕМ

На свадьбу друга, корпоративную вечеринку «с супругами» и другие подобные мероприятия он предпочитает ходить

без вас? Есть повод задуматься, почему. Возможно, появляться там под руку с вами для него небезопасно. А может, посещение подобных мероприятий — прерогатива его другой жены?

ИЗМЕНИЛОСЬ ЕГО СЕКСУАЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Если его «аппетит к сексу» заметно поубавился, возможно, он утоляет его на стороне и приходит домой уже «сытым». И, напротив, если за десять лет вашей семейной жизни он не проявлял особой страсти и вдруг стал очень искусным и ненасытным любовником, можно предположить, что он где-то нашел источник для подзарядки своей сексуальной энергии.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОДОЗРЕНИЯ ПОДТВЕРДИЛИСЬ

Часто мужчина умудряется жить на два дома довольно долго и, как бы ни казалось это странным, обе его семьи обычно счастливы. Просто по отношению к своим женам и детям он испытывает сильнейшее чувство вины, потому что никто из них не получает его любовь и внимание целиком. Разрываясь между двумя домами, он сквозь пальцы смотрит на бытовые мелочи, недомолвки и глупые ссоры. Зачем раздражаться по пустякам? И какие он вправе предъявлять претензии своим женам, если каждая из них владеет им только наполовину!

Неважно каким образом, но вы узнали, что у мужа есть еще одна семья. Ни в коем случае не принимайте решение сразу.

Дайте волю нахлынувшим чувствам и эмоциям. Плачьте, ругайте его последними словами, бейте посуду — делайте все, что поможет вам снять напряжение и выплеснуть гнев. После этого вы будете в состоянии рассуждать трезво и сможете спокойно решить, как вам жить дальше.

Подумайте о собственной судьбе. Как лучше поступить, чтобы быть счастливым? Ведь от вашего благополучия зависит благополучие ваших детей.

Не думайте, что ваш супруг «хорошо устроился». Заведя вторую семью, он оказался в патовой ситуации. Он не готов расстаться ни с кем из вас.

А чтобы сохранить и то, и другое — в надежде, что ситуация когда-нибудь рассосется сама собой (мужчины могут быть такими наивными!), он готов врать, изворачиваться, ловчить, доводить себя до гипертонии, инфаркта и инсульта. Ему хочется, чтобы все вокруг него были счастливы, всем было хорошо. Ради этого он готов вкалывать на обе семьи морально, материально и физически.

Вот только в жизни ничто и никогда не расасывается само собой.

Невозможно до бесконечности сидеть на двух стульях, как и разрываться между двумя семьями, постоянно опасаясь, что тебя в любой момент могут вывести на чистую воду. Это очень тяжелое испытание, и в чем-то муж заслуживает вашего снисхождения.



Моя дочь устроилась работать секретарем. Несколько дней назад хозяин компании предложил ей стать директором, сказав при этом, что фактически ее обязанности не изменятся, она будет работать как и работала, но только иногда ей нужно будет подписывать документы как руководителю компании. Скажите, стоит ли ей соглашаться, чем это может ей грозить?

Полагаю, что, прежде чем соглашаться на предложение, Вашей дочери необходимо знать следующее.

Именно руководитель компании несет персональную ответственность за все те нарушения, которые может допустить компания: нарушили правила пожарной безопасности, не сдали налоговую отчетность, разгласили персональные данные и т. п.

Конечно, денежные средства на уплату штрафов может выдать фактический собственник компании, хотя может и не выдать. Штраф оплатит, но запись о привлечении к ответственности останется. И хорошо, если будет только административная ответственность.

Если компания не заплатит налоги в значительном размере, Вашей дочери может грозить уголовная ответственность. Правоохранительные органы в последние годы научились выявлять реальных собственников компании и стали привлекать к уголовной ответственности именно их, но, прежде чем настоящий собственник будет установлен, придется сходить не на один допрос и пережить не один обыск.

Отдельной проблемой могут стать финансы компании. Именно на имя директора компании выдаются ключи для удаленного доступа к счету компании в банке. Соответственно, если деньги уходят со счета компании, автоматически считается, что деньгами распорядился директор. Если компания в какой-то момент окажется банкротом, то именно с директора могут взыскать задолженность, которую возглавляемая им компания не смогла оплатить кому-либо из контрагентов или государству (так называемая субсидиарная ответственность). Опять-таки, в настоящее время законодательство позволяет привлечь к субсидиарной ответственности и фактического руководителя компании, но зачастую это не снимает имущественной ответственности с формального директора.

Подводя итог всему вышесказанному, если дочь не собирается сама в действительности принимать стратегические решения по поводу управления компанией, то и принимать приглашение стать директором не стоит.

Моя старенькая мама не может сама получать

пенсию, и мы сделали от нее нотариальную доверенность на 10 лет, чтобы я могла в банке получать пенсию за нее. Поскольку мама живет с нами, у нее нет необходимости часто снимать деньги. Скажите, пожалуйста, когда мамы не станет, могу ли я снять накопившуюся пенсию по доверенности, чтобы не ждать шести месяцев, пока нотариус выдаст мне свидетельство о праве на наследство?

Доверенность прекращает свое действие с момента смерти лица, выдавшего ее. Банк может не сразу получить информацию о том, что человека, который выдал доверенность, уже нет в живых. Однако мы бы не рекомендовали пользоваться доверенностью тогда, когда Вашей мамы не станет, поскольку эти действия формально будут являться мошенничеством. Вы будете вводить в заблуждение банк, представляя доверенность, которая фактически уже прекратит свое действие. Особенно рискованно такие действия совершать, когда на наследство претендуют несколько наследников. Информация о лице, получившем деньги, и о дате их получения рано или поздно откроется, и банк или другой наследник могут обратиться в правоохранительные органы по данному факту.

Поэтому лучше обратиться к нотариусу до истечения шести месяцев с момента смерти Вашей мамы, заявить о принятии наследства, а потом официально получить эти деньги на основании свидетельства о праве на наследство.

*На вопросы отвечали
независимый советник
по правовым вопросам,
член международной
ассоциации юристов
Н.И. АЛИМКИН
и адвокат
О.Н. АЛИМКИНА*

ВОПРОСЫ ЮРИСТУ



На вопросы о вере и православии, интересующие наших читателей, отвечает священник Алексей ЗАВГОРОДНИЙ

В прошлом (октябрьском) номере «Весты» Вы, отвечая на вопрос о внезапной смерти — во сне или при прочих неблагоприятных для православного обстоятельствах, написали, что для умершего, если он перед смертью не успел покаяться, причаститься (собороваться) это очень плохо.

Но если его отпели по всем канонам церкви, как положено, неужели и это не спасет его от плачевной участи?

Если объяснять простыми языком, то у отпетоного человека шансов больше оказаться рядом с Богом, чем у неотпетоного. В Чине погребения (отпевания) Церковь от имени людей как бы свидетельствует Богу о том, что этот человек хороший, мы его любили и любим, нам безразлична его участь и мы просим Тебя, Господи, упокой усопшего «в месте светлом, в месте покойном, где нет ни печали, ни болезни, ни воздыхания», но прибываешь Ты (Бог) и это место — Рай. Поэтому на Чин погребения всегда приглашаются все люди, которые знали этого человека, не только родственники, и, несмотря на то, что человек был, крещеным, но не верующим, родственники все равно стараются его отпеть.

И когда человек приходит на Божий суд в 40-й день, чтобы ответить за свою жизнь, он может еще и заручиться поддержкой своих родственников через чин отпевания. Но окончательно место его дальнейшего пребывания определяет только Господь Бог.

Обязательно ли на похоронах надо присутствовать именно в черной одежде, или это тоже, как говорят священники о

принятой у нас традиции держать закрытыми зеркала в доме усопшего до сорока дней, «придумали люди»?

Так сложилось, что черный цвет, это цвет траура и в этом в принципе нет ничего плохого. Но будет неправильно относиться ко всему этому с фанатизмом, например: не пойти на похороны только потому, что у Вас нет черного платка или одежды.

Моей дочери скоро исполнится 6 лет. Я вожу ее в церковь на причастие.

В каком возрасте она должна уже исповедоваться сама? Нужно ли ей будет отстоять перед этим всю службу? Я очень переживаю по этому поводу, потому что она у меня — непоседа и вряд ли сможет отстоять практически неподвижно полтора часа.

По церковному уставу осознанный возраст у человека наступает с 7 лет и поэтому с семилетнего возраста ребенок приравнивается ко взрослому человеку. Поэтому исповедь и вся остальная подготовка ребенку предлагается с семилетнего возраста, но если у Вас есть какая-то проблема относительно подготовки, то это следует обговорить с тем священни-

ком, у которого вы собираетесь причаститься. Батюшка в индивидуальном порядке рассмотрит ситуацию и подскажет Вам, каким образом вам готовиться ко Причастию.

Как надо правильно целовать икону в храме и зачем прикладываться к ней лбом?

Из церковного устава известно лишь то, что икону нужно целовать губами в правой нижней части. Категорически запрещается целовать иконы в лик, в нимб и в верхней ее части. Относительно прикладывания лба. Эта традиция пришла позже: как правило, большинство людей, которые прикладываются к иконам, чем-то больны, и прикладываясь к той, или иной святыне, они просят исцеления от своей болезни. А поскольку прикасаться к иконе руками неблагоговейно, то сложилась традиция прикладываться лбом, или вообще не прикладываться. Поэтому можно подойти к иконе, осенить себя крестным знамением и с благоговением поцеловать ее, не прикладываясь лбом.

У меня была сестра намного старше меня. После похорон мамы так получилось, что мы с ней сильно поругались и не смогли простить друг друга. С тех пор прошло уже лет



двадцать, но больше мы с ней не встречались.

Недавно я попыталась ее найти: писала, звонила, но ответа не получила.

Так как я сама уже давно пенсионерка, думаю, что сестры уже и в живых-то нет.

Можно ли молиться за нее и помнить как усопшую?

Если нет официального подтверждения о том, что ее нет в живых, как правило, о человеке молятся о здравии. А по-хорошему, нужно, конечно же, узнать о ее судьбе, написать ее близким, поехать самой или отправить кого-то.

Обязательно ли в дни смерти родственников посещать их могилы?

Если есть возможность, то делать это желательно. Если мы помним о дне смерти родственника, как-то чтим этот день и если есть возможность прийти после молитвы и Божественной Литургии на кладбище к усопшему, то это будет очень хорошо.

Православный календарь на декабрь

(новый и старый стиль)

- 4 декабря / 21 ноября — Введение (Вход) во храм Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии
- 6 / 23 — Блгв. Вел. кн. Александра Невского, в схиме Алексия
- 7 / 24 — Вмц. Екатерины
- 8 / 25 — Отдание праздника Введения во храм Пресвятой Богородицы
- 10 / 27 — Иконы Божией Матери, именуемой «Знамение»
- 13 / 30 — Апостола Андрея Первозванного
- 17 / 4 декабря — Вмц. Варвары
- 19 / 6 — Святителя Николая, архиепископа Мир Ликийских, чудотворца.

ДИПЛОМИРОВАННЫЕ СПЕЦИАЛИСТЫ ГОЛЛИВУДА

Оказывается, далеко не все любимые нами звезды, так сказать, работают по специальности. Многие из них имеют образование, далекое от своего настоящего призвания...



**РОУЭН
АТКИНСОН**

В фильмах про Мистера Бина герой Роуэна не «отличается умом и сообразительностью», тем не менее, в жизни сыгравший его актер имеет диплом магистра по электротехнике престижного Куинз-колледжа в Оксфорде. Весомым аргументом в пользу острого ума актера является также и факт учебы в подготовительной школе с самим Тони Блэром, который в будущем стал премьер-министром Великобритании. После окончания высшего учебного заведения желание стать комиком перевесило тягу к техническим изысканиям, и будущий знаменитый Мистер Бин выпустил в эфир свое радио-шоу, которое сразу же стало хитом номер один.



**САЛЬМА
ХАЙЕК**

Если вам нужен высококлассный специалист по международным отношениям, можете смело обращаться к Сальме, ведь она — обладательница диплома с отличием, выданного Иberoамериканским университетом в Мехико. После его окончания будущая актриса даже устроилась в фирму, чтобы работать по специальности, но уже в 23 года



завершила карьеру, сыграв главную роль в мексиканском сериале «Тереза», который стал началом ее пути к славе.



**ЛИЗА
КУДРОУ**

детства Лизе была интересна жизнь животных, насекомых и птиц, поэтому и выбрала профессию биолога, успешно окончив американский колледж Вассара с дипломом бакалавра. Мир так бы и не узнал об актерском таланте Кудроу, если бы не друг детства, который уговорил будущую звезду за компанию с ним поступить в актерскую школу сразу после окончания колледжа. Молодец, что согласилась!

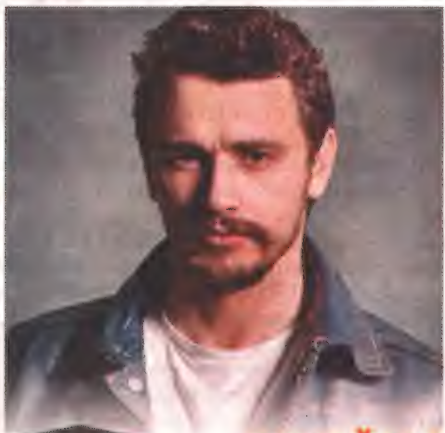


**ЭДДИ
РЕДМЕЙН**

звезда фильма «Фантастические твари и места их обитания» учился не где-ни-



будь, а в самой престижной частной школе Британии — знаменитом Итонском колледже. Там же набирались знаний и оба его брата, причем, сам Эдди учился в одном классе с принцем Уильямом, а одноклассниками его братьев были Джеймс Кэмерон и принц Гарри! Затем Эдди получил диплом искусствоведа Тринити-колледжа Кембриджского университета, досконально изучив английское и французское искусство XIX и XX веков. Но на последнем курсе обучения студент рискнул дебютировать на большой лондонской театральной сцене, после чего остановиться уже не смог...



**ДЖЕЙМС
ФРАНКО**

Актер, сыгравший в «Человеке-пауке» и «Игре престолов», обладает дипломом бакалавра по английскому языку, выданным Калифорнийским университетом Лос-Анджелеса. Казалось бы, на этом можно было и остановиться, но известный уже в то время,

Джеймс решил продолжить учебу, для чего переехал в Нью-Йорк и поступил в магистратуру Колумбийского университета на кинофакультете. Параллельно актер осваивал писательское мастерство в Бруклинском колледже, а также обучался живописи в Нью-Йоркском университете. Ну просто молодчина!



АРНОЛЬД ШВАРЦЕНЕГГЕР

Крутые мускулы знаниям не помеха! Это доказывает диплом бакалавра по экономике, полученный Железным Арни в университете Висконсина. Юноша из Австрии поступил в университет на пике своей карьеры культуриста, еще даже не являясь гражданином США. Благодаря своим деловым качествам, уверенности, настойчивости и стремлению к цели, а также экономическому образованию, уже к тридцати годам Шварценеггер сумел стать миллионером.



ЕВА ЛОНГОРИЯ

Знаменитая актриса не только редкостная красавица, но и большая умница, ведь она имеет степень бакалавра наук по кинезиологии, которую получила, отучившись в университете Кингсвилла, США. Что же это

за загадочная область знаний с таким мудреным названием? Кинезиология — это дисциплина, которая изучает мышечное движение во всех своих проявлениях. Во время учебы Ева не только участвовала, но и побеждала во всевозможных шоу талантов, конкурсах красоты и других мероприятиях, что и повлияло на выбор ее карьеры в будущем. Забросив диплом кинезиолога, Ева ушла на театральную сцену. И это было правильным решением!



КОРТНИ КАРДАШЬЯН

Сестры Кардашьян очень успешны в шоу-бизнесе, но не могут похвастаться хорошим образованием. Только старшая из сестер имеет высшее образование, чем невероятно гордится. Кортни получила диплом в Южном методическом Университете США по двум специальностям: театальному искусству и испанскому языку.



ЭДВАРД НОРТОН

Звезда фильма «Бойцовский клуб» — выпускник престижного Йельского университета со степенью бакалавра по истории. Подобно многим послушным детям, Эдвард поступил туда под напором родителей, хотя

увлекался театром с пяти лет. Исполнив желание мамы и папы и получив диплом, Эдвард, наконец-то, смог воплотить свою мечту и стал настоящим знаменитым актером.



ЭММА УОТСОН

Молодая актриса, звезда фильмов о Гарри Поттере, имеет диплом бакалавра по английской литературе, выданным Брауновским университетом США. Эмма поступила туда еще во время съемок знаменитой франшизы. Что и говорить, Гермиона была бы очень довольна!



БРЭДЛИ КУПЕР

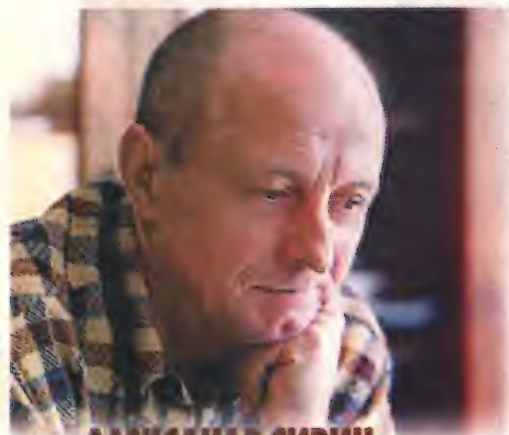
Звезда фильмов «Стражи Галактики», «Мальчишник в Вегасе», «Мстители: Война бесконечности» и других — бакалавр английской филологии. Закончив университет Джорджтауна, Брэдли не пошел работать по специальности, а переехал в Нью-Йорк и поступил в актерскую школу, благодаря чему миру явился замечательный актер, любимым миллионами девушек.

Подготовила Марина ХРИСТЕНКО

Ах, эти звезды!.. А МОГЛИ БЫ СТАТЬ УЧИТЕЛЯМИ

Александр СИРИН и Борис ХВОШНЯНСКИЙ

Эти абитуриенты, не поступив с первого раза в выбранные ими учебные заведения, чтобы не терять год, подали документы в педагогические институты, успешно сдали вступительные экзамены, проучились какое-то время, затем их призвали в армию, и только после службы им удалось осуществить мечту — стать студентами театральных вузов. А когда их стали снимать в кино, у каждого появилось свое амплуа.



АЛЕКСАНДР СИРИН —

ВРАЧ

Роль Александра в фильме «Охота на пиранию» — детский врач, «Ликвидация» — военврач, «Любка» — главврач, «Брестская крепость» — снова военврач, «Однажды в Ростове» — опять главврач, «Склифосовский» — на протяжении шести сезонов — хирург и даже в «Обитаемом острове» — подпольщик по кличке Доктор. Причина такого потока ролей кроется, конечно, во внешности актера — потомственный интеллигент с умным пронзительным взглядом, ставящий с первого раза правильный диагноз, такой Чехов Антон Павлович нынешнего века.

Он и на самом деле из интеллигентной семьи, потомственный, правда, не врач, а актер. Его родители — первые актеры созданного в 1949 г. Русского драматического театра Эстонии.

Оба они учились в ГИТИСе, расположенном, прямо напротив эстонского посольства. Волею судьбы, атташе по культуре Эстонии оказался на дипломном спектакле актерского курса, на котором учились Вячеслав Сирин и Вера Федорова-Сирина: оба, кстати, москвичи. Постановка так понравилась эстонскому дипломату, что он решил организовать в Таллине русский театр, пригласив весь выпускной курс стать его труппой. Практически все согласились. Новый театр был тепло принят эстонской публикой: русский репертуар любили, актеров ценили. Так, у Вячеслава Сирина был второй в Эстонии ав-

томобиль «Волга» (первый принадлежал Георгу Отсу).

К сожалению, ни на сцене, ни в кино отец Александра не увидел, он рано ушел из жизни, в 46 лет, но сына успел приобщить к театру. Саша вырос за кулисами, ездил с родителями, заслуженными артистами Эстонской ССР, на гастроли по всему Советскому Союзу и понял, что нет профессии интереснее актерской.

После школы Александр поехал поступать в Москву, но не прошел ни в один театральный вуз. Вернулся в Таллин и поступил в педагогический. На следующий год вновь поехал в Москву и снова его нигде не приняли. Продолжил учиться в Таллине, в третий раз попытался поступить и снова неудача. Тут пришло время служить в армии. И после окончания службы Александр легко поступил в Щукинское училище.

В одном из курсовых спектаклей, где Сирин играл главную роль, его увидел Марк Захаров и пригласил студента-четверокурсника в свой спектакль «Люди и птицы» в «Ленком», в котором Александр Сирин служит без малого сорок лет. В 1991 году он получил звание «Заслуженный артист РСФСР», а в 2008-м — «Народный артист России». Он играет и в антрепризных спектаклях, занят в нескольких постановках Театрального товарищества Олега Меньшикова, с которым у них давно сложились творческие и дружеские отношения. О Меньшикове Александр всегда говорит как о примере для подражания: «Олег меня всегда радовал. Он был эталоном для актеров моего поколения. Вот к чему хотелось стремиться: к такому уровню мастерства и обаяния».

То, что сам Сирин не так известен и популярен, как тот же Меньшиков или некоторые звезды из огромной труппы его родного «Ленкома», Александра несколько не огорчает. Он философски относится к славе, у него нет комплексов и переживаний на этот счет: «Грех

жаловаться: мне Бог дал столько, сколько я заслуживаю. Я довольно много играю. Кто меня знает, тот знает. Я очень люблю свой театр и свою профессию». У него много ведущих ролей в лучших постановках «Ленкома»: «Тартюф», «Визит Дамы», «Безумный день, или Женитьба Фигаро», «Пролетая над гнездом кукушки», «Королевские игры», «Женитьба», «Поминальная молитва». Актер много снимается: и в картинах известных режиссеров, и в телевизионных сериалах. Его первый фильм — «Адам женится на Еве» был снят в 1980 году, там он — еще студент «Щуки», а в следующий — «Дом, который построил Свифт» его позвал уже Марк Захаров. Затем были «Торпедоносцы», «Михайло Ломоносов», «Звездочет», «Бухта Филиппа», «Охота на пиранию», «Ликвидация», «Обитаемый остров», «Исаев», «Брестская крепость», «Раскол», «Все могут короли» и еще много фильмов с отличными работами этого актера.

Он всегда в хорошей форме, не только творческой, но и физической — поддерживает ее нагрузками, которые ему в удовольствие: ежедневно по дороге на работу плавает в бассейне, находящемся неподалеку от дома. И хобби у Сирина тоже из серии удовольствий: он любит и умеет готовить разные блюда. Особенно итальянские, особенно лазанью. Интересные рецепты раньше отыскивал в книгах, а теперь поиски облегчил Интернет. Обожатель и главный ценитель кулинарных способностей Александра — его жена, актриса Татьяна Рудина, которая, по ее же словам, готовит не очень хорошо, но это и способствовало расцвету кулинарного искусства мужа.

Познакомились будущие супруги в «Ленкоме», куда пришли почти одновременно и вместе проработали 15 лет. Затем Рудина перешла в Театр им. Ермоловой и, так же как муж, играет во многих антрепризных спектаклях. Их многолетняя супружеская жизнь олицетворяет тезис, что актерские семьи могут быть и счастливыми, и крепкими. Правда, у Александра был еще первый, недолгий брак с актрисой Ольгой Сириной, которая работает в Театре на Малой Бронной. У них есть общая дочь Александра. Она окончила отделение художников по костюмам Школы-студии МХАТ. Александр помогает дочери и поддерживает с ней теплые отношения, как и его сын от второго брака — Николай Сирин. Он тоже пошел по стопам дедушки с бабушкой и папы с мамой — стал актером и сейчас работает в «Ленкоме», где успешно играет, в том



числе, и в знаменитом спектакле «Юнона и Авось».

Александр Сирину не занимать мудрости в свои 63 года, и есть чему научить своих детей, выбравших творческие профессии, от чего предостеречь. По его словам: «Самые «могущие» — это абитуриенты. Им кажется, что они все делают блестяще. Когда я приехал в первый раз поступать, то был уверен в своей гениальности. Но все оказалось не совсем так. И чем дальше, тем больше в этом убеждаешься. А самый хороший возраст для актера — это когда ты востребован»...



БОРИС ХВОШНЯНСКИЙ — СРЕДИЗЕМНОМОРСКИЙ

Средиземноморский — это театральный псевдоним Бориса, который навязал ему кинематограф. Однажды в крупной кинокомпании он заполнял анкету, где был пункт «тип внешности», и надо было подчеркнуть соответствующий среди перечисленных: русский, европейский, кавказский, семитский, средиземноморский, латино... Хвошнянский почувствовал себя в затруднительном положении, обратился к ассистентке с просьбой помочь. Она пристально взглянув на него, ответила: «Ежу понятно! Средиземноморский, конечно». Не так давно, вспоминая в одном из интервью этот случай, Борис сокрушался: «Вы не представляете, от какого количества итальянцев, французов, цыган я отказался! Любая роль латиноамериканца — сразу зовут меня». Узнав эту историю, главный режиссер театра, в котором Хвошнянский служит уже много лет, посоветовал ему взять этот замечательный псевдоним. В программках и на афишах так и пишется — Средиземноморский Б. А. Правда, и сам театр называется «Смешной театрик», а актеры позиционируют его как художественную артель в жанре кабаре. В репертуаре остроумные, часто музыкальные номера, скетчи, но это отнюдь не развлекалово, а, по определению театралов критиков, эстетический продукт с хорошей драматургией. Для Бориса важно, что здесь не просто труппа, а команда единомышленников, с кото-

рыми интересно и на сцене, и за кулисами, а главное — находится «Смешной театрик» в родном Санкт-Петербурге.

Хвошнянский родился в 1968 году, тогда еще в Ленинграде. Отец — инженер — занимался разработкой ракетных двигателей, мама — музыкальный педагог. Поэтому хоть и любил Боря в детстве похулиганить, но занимался и в музыкальной школе, и в художественной, а в старших классах еще и в Театре юношеского творчества при Доме пионеров. Это и сподвигло его после окончания школы поступать на актерский факультет в ЛГИТМиК.

Но поступить не удалось и, чтобы не потерять год, Борис, по совету родителей, пошел в педагогический. За полгода учебы понял, что это совсем не его история и без сожаления с педагогикой расстался. После этого он поступил в музыкальное училище им. Римского-Корсакова на отделение музыкальной комедии. Но, проучившись всего один семестр, был призван в армию, о чем ни разу не пожалел: «Я служил в ремонтном батальоне танковых войск. Моим оружием был не автомат, а гаечный ключ. Зато теперь могу починить практически все. Но главное, в армии я не растерял желания учиться в театральном. Во время службы даже создал ансамбль... И после армии поступил на актерский в ЛГИТМиК.

Учиться было интересно, все получалось, понял, что нашел свою профессию. Но после окончания института, в 90-е годы, когда театры закрывались, на киноэкранах царил сплошной Голливуд, а на телеэкране кипели бесконечные мексиканские страсти, актеру работу было практически не найти. Пошел на эстраду, пригодились музыкальные навыки, стал бас-гитаристом группы «Пепси». Затем его однокурсник Дмитрий Нагиев позвал в созданный им и Сергеем Ростом театр «Время», с которым Борис отправился на гастроли в Германию, а по возвращении перешел в театр «Буфф», где проработал 6 лет. Когда от «Буффа» отпочковались семеро актеров и создали «Смешной театрик», Хвошнянский был среди них. Также он принимает участие в спектаклях Театра русской антрепризы им. Андрея Миронова и даже какое-то время работал на телевидении.

Но главное место в его жизни занимает кино: за год он в среднем снимается в шести фильмах. Это большое напряжение, сумасшедший график, с одной съемочной площадки — на другую, иногда в разных городах, а вечером — спектакль в театре.

«Такой «калейдоскоп», когда внутри все должно быстро перестроиться, мне по душе. Нравится быстрая смена состояний, образов, костюмов. Это моя стилистика — с корабля на бал», — констатирует Борис. Конечно, не сразу

пришла такая популярность. Начинал, как почти все актеры 90-х, в сериале «Улицы разбитых фонарей», затем — «Агент национальной безопасности», «По имени Барон», «Бандитский Петербург», «Тайны следствия», «Убойная сила», «Опера. Хроники убойного отдела», «Гончие», «Литейный», «Участковый», «ЧОП» — в общем, на экране он — то бандит, то опер. Были роли и другого плана, стоит вспомнить работы в фильмах «Бедный, бедный Павел», «Танцор», «Мертв на 99%», «Сальса». Список фильмов с участием Хвошнянского зашкаливает за 70.

Шелкая пультон по телеканалам, всегда можно наткнуться на детектив или мелодраму с участием Хвошнянского. А вот в соцсетях его не встретишь и в Инстаграме не найдешь. Не любит он выставлять напоказ личную жизнь и известно о ней немного. Женат был дважды. Первый брак распался без чрезвычайных причин — просто не сложилась семейная жизнь. От первой жены у Бориса — двадцатилетний сын Марк, он рок-музыкант, живет, как и мама, в Питере. Вторая супруга — Юлия Вознесенская-Шарикова тоже родом из Ленинграда, училась в Москве у Олега Табакова, работала сначала в МХТ, затем в Театре на Малой Бронной. У семейной пары двое детей — 11-летняя дочь и 6-летний сын,



которые часто живут у бабушек в Санкт-Петербурге. Борис и Юлия живут на два города: Юлия — там где находится ее театр, в Москве, а Борис — в Питере, где находится его «Смешной театрик», но в столице он частый гость — много съемок на московских киностудиях. А чувств от встреч после разлук только крепчают. Таким образом, ежедневные бытовые проблемы над ними не довлеют, квартиры, к счастью, есть в обоих городах, что как нельзя лучше способствует сохранению любви. Кстати, любовь по им ударила рикошетом от неприязни. При первой встрече, которая состоялась в 2003 году на съемках фильма «Танцор», они очень не понравились друг другу. Борис показался Юле слишком самоуверенным и даже надменным, а Юлия Борису чересчур улыбчивой и почему-то косолапой. Но так как им предстояло сыграть главные роли, да еще и влюбленных, надо было как-то наладить отношения. Первый шаг сделала Юлия — пригласила партнера на чашечку кофе... с коньяком. Эффект превзошел ожидания — отношения с партнером наладились — на съемочной площадке любовь играть стало легко, а после съемок Борис стал активно ухаживать за Юлей, закрутился роман. В итоге — 15 лет счастливой семейной жизни.

Подготовила Мария ПЕТРОВА

Жизнь есть жизнь, и Лена Егорова вышла замуж по расчету. Мишка работал водителем, неплохо зарабатывал, хотя, конечно, зарплата его не была сопоставима с доходами даже самого захудалого миллионера, но был он умным, сильным и добрым, его зарплата — стабильной, а Лене было уже двадцать два.

Двоюродная сестра Лены, Наташка, прокомментировала это так:

— Все правильно, Ленка. Миллионеров — мало, а красивых, как ты, много. Нужно верить и ждать, понимаешь?..

Каждое утро Мишка вставал в пять часов. Лена, сонная и, как говорила она сама, «какая-то сырая», плелась следом, чтобы приготовить завтрак. Она частенько пережаривала яичницу, вместо сахара сыпала в кофе перец, а однажды едва не обварила Мишке ноги кипятком из чайника. Муж не раз пытался объяснить Лене, что он и сам может приготовить себе завтрак, но молодой женщине было стыдно. Во-первых, она действительно не любила Мишку, во-вторых, страдала, вспоминая правдивые комментарии Наташки, и по утрам все это мучило ее особенно сильно.

— Но я же правду говорю! — оправдывалась Наташка. — Оглянись вокруг, наш мир циничен, и без идеалистической веры в светлое миллионерское будущее жить... нет, существовать в нем может только отупевший болван.

Когда Мишка уходил на работу, Лена спала до девяти. В десять она садилась за диссертацию и упорно работала до трех. А потом приходила усталость, и даже если Лена отчаянно сопротивлялась ей, буквы на экране монитора все равно расплывались в густом тумане.

Лена просыпалась в шесть вечера и шла готовить мужу ужин.

Мишка приходил около восьми. От него пахло сигаретами, иногда дорожной пылью, а чаще цементной. Мишка возил стройматериалы, и в его работе не было ничего героического.

Тебе нужно сломать ногу, — Наташка пила кофе и смотрела в окно.

— Если ты будешь жить по средневековому домострою и по утрам таскаться за мужем на кухню, ты не защитишь диссертацию, не станешь знаменитым адвокатом, не выступишь в высший свет и всю жизнь проживешь с шофером.

— А кто мне ногу ломать будет? — грустно улыбнулась Лена. — Ты, да?..

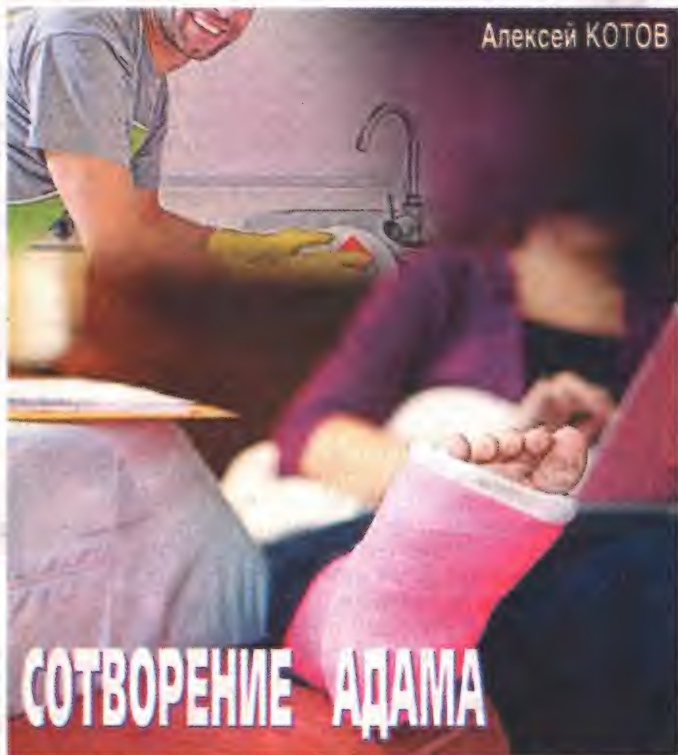
— Мир полон условностей, — философски заметила Наташка. — Если у человека на ноге гипс, все остальное дорисует воображение. Уяснила, наивная девушка?

— Симуляцию предлагаешь? — догадалась Лена.

— Нет, выход из ситуации. Сейчас я сбегаю домой и принесу все необходимое.

Лена попыталась нерешительно возразить, но Наташка тут же одернула ее.

— Я же медсестра, ты что, забыла? Сделаем все так, что комар носа не подточит.



Вечером Мишка долго сидел у постели Лены. У него были виноватые глаза и слова, которые он не без труда находил, звучали грубовато-нежно и как-то неумело. Мишка расспрашивал, где и как Лена сломала ногу, вздыхал и тер широкой ладонью лоб, словно силясь сообразить, в чем заключается его вина.

Потом Мишка приготовил ужин и принес поднос с тарелками в спальню.

— Отвернись, пожалуйста, — сказала Лена и почему-то покраснела. — А то я так есть не смогу..

Она действительно не могла смотреть на мужа. Ей почему-то казалось, что широкоплечая Мишкина тень похожа на призрак отца Гамлета.

«А Гамлет кто? — вдруг подумала Лена. — Миллионер, что ли?!»

Лена представила себе незнакомого миллионера — без лица, лысого, малорослого и тол-

стого — рядом с Мишкой.

«Вот тебе и реальная жизнь, черт бы ее побрал!» — с горечью решила Лена.

Работа над диссертацией буквально летела... Целую неделю Лена вставала, когда хотела, ела только шоколад и мороженое (Наташка легко убедил Мишку, что именно в этих продуктах много кальция, и он необходим больной), а когда ей хотелось отдохнуть, валялась на диване перед телевизором.

— Наконец-то ты живешь как

штине с детской коляской на дороге, и о том, что выжил только потому что его выбросило из кабины, когда машина перевернулась в кювете. Но промолчал.

Жизнь Лены превратилась в ад. Мишка был постоянно рядом, и пока она писала диссертацию, он, громыхая костылями, готовил обед, стирал и, громыхая особенно сильно, пытался подметать и даже мыть пол.

Лена вспомнила детскую сказку, в которой хитрая лиса ехала на волке и напевала: «Битый небитого везет!..» От такой горькой иронии ей становилось еще хуже. Лена сторонилась Мишки, она вдруг стала невероятно обидчивой и по-детски капризной. Мишка терпел все, и только уходя в магазин, стал задерживаться на два-три часа.

«Битый небитому отдохнуть от себя дает», — догадалась Лена.

Она накричала на Мишку, когда тот в очередной раз вернулся из магазина, а потом ушла в спальню и долго плакала.

Вечером Лена позвонила Наташке:

— Шеф, все пропало!.. Клиент уезжает, гипс снимают! — выпалила она зачем-то фразу из фильма «Бриллиантовая рука».

— Что-что?.. — не поняла Наташка.

— Ничего. Мне все равно, что ты придумалась, — зло сказала Лена, — но завтра ты, мед-бред-короед-сестра, снимешь мой гипс.

— Как?

— Только не через голову, — сказала Лена. — А еще ты сделаешь так, чтобы мое внезапное исцеление выглядело естественным.

— Леночка, я же... — начала было Наташка.

— Убью! — прошипела в телефон Лена и отшвырнула его.

У нее вдруг заболела загипсованная нога. Вязкая, почти зубная боль шла по кости и тянулась к животу.

— Мишка! — позвала Лена.

Когда муж вошел, Лена кивнула ему на постель:

— Сядь... Ногу мою погладь.

— Болит?

— Болит. А у тебя?

— Нет... — неуверенно ответил Мишка.

Он сел, осторожно погладил гипс на ноге жены и добавил: — Почти нет... Да ну ее, эту ногу.

— Чью ногу? — как-то затравленно и виновато улыбнулась Лена.

Мишка улыбнулся в ответ и ничего не сказал. Лена закрыла глаза. Она почти не ощущала руку мужа — мешал гипс, но было быстро ушла и вместо нее появилась теплота.

«Что это меня вдруг в сон потянуло?..» — удивилась Лена.

Еще он мог бы сказать о жен-

Наташка пришла в десять утра.

— Прибор называется «ОГО-45», — без обиняков заявила она, выкладывая из сумки на кухонный стол что-то завернутое в кусок старых обоев. — Экспериментальная, суперсовременная модель. Одолжила в областной больнице на выходные плюс еще пару дней. Ускоряет заживление переломов ног... то есть, костей в десять раз.

— А почему не в сто, Наташенька? — не выдержала и съязвила Лена.

Прибор состоял из нелепого ящика с лампочками и индикаторами, а от его верха тянулся длинный провод с манжетой похожей на ту, с помощью которой измеряют давление у терапевта.

— Ногу подавай, красавица, — прикрикнула на сестру озабоченная Наташка. — Торжественно обещаю, что через пару дней ты снимешь гипс.

На ногу Лены одели манжет. Наташка включила прибор.

— Будешь делать пять процедур в день, — пояснила Наташка. — По три минуты. А теперь я пошла, у меня дела.

— А мне можно?... — вежливо спросил Мишка.

Наташка удивленно посмотрела на лицо Мишки и перевела взгляд на его загипсованную ногу.

«Я же про Мишку совершенно забыла!» — прочитала Лена во взгляде сестры.

Лена позвонила сестре уже в понедельник.

— Мишка ходит! — прокричала она в телефон. — Ты что наделала, дура? У него же сильный перелом!

— А ты зачем ходишь? — не осталась в долгу Наташка. — Сделала бы вид, что этот дурацкий прибор тебе не помог. Зачем ты гипс сняла?

— Потому что я так больше не могу.

— А Мишка на тебя посмотрел и поверил. Ты об эффекте плацебо слышала? Врачи дают «пустышки» больному и говорят, что это очень сильное лекарство. Он верит и...

— Мишка верит мне, а не прибору, — перебила Лена. — Ох, и сволочь же ты, Наташенька.

Лена всхлипнула, выключила телефон и в сердцах бросила его на пол.

Когда Мишка вернулся из магазина, Лена едва ли не силой усадила его в кресло, надела на ногу мужа гипсовые корки и перевязала их старой изолянткой.

— Вот так и ходи, — строго, почти со злостью, сказала она.

— А почему твой телефон на полу валяется? — удивился Мишка.

— А почему у нас в доме скотча

нет? — в свою очередь возмутилась Лена. — И вообще, не разговаривай со мной сегодня, потому что я злая, как... — Лена запнулась. — Ну, как эта... как ее?

— Как глупая ежиха, — подкасал Мишка.

Ночью, когда Мишка уснул, Лена стала горячо молиться Богу: «Господи, пожалуйста, сделай так, чтобы Мишка выиграл в лотерею миллион, а еще лучше десятки! — просила она. — Не мне выиграть, а себе, Господи. Он же расшибется когда-нибудь на этой проклятой дороге... А мне ничего не нужно. Честное слово, ну, совсем ничего!..»

Она так и уснула во время молитвы и ей приснился жуткий сон: рядом с ней лежал лысый и старый толстяк. Он тяжело и отвратно дышал ей в лицо и пытался обнять за плечи. Лена вскрикнула, отбросила одеяло и резко села. Страх тут же отшатнулся от нее...

Мишка мирно похрапывал под сбившимся в кучу одеялом. Лена, словно все еще боясь чего-то, отбросила одеяло в сторону и внимательно осмотрела мужа. Мишка лежал на спине совершенно голый, а на его лице было столько покоя и почти детской умиротворенности, что Лена не выдержала и улыбнулась.

Ей захотелось притронуться к Мишке, и она провела ладошкой

по его широкой груди. Время вдруг остановилось: лунный свет на лице Мишки стал теплым, а из сердца Лены исчезли остатки страха. Ночь превратилось во Вселенную, а ее таинства стали почти осязаемыми.

Она коснулась лба Мишки кончиком пальца. «Прямо сотворение Адама какое-то...», — подумал Лена.

Время остановилось, и несопоставимое по своей природе стало единым.

«Это, наверное, я во всем виновата», — решила Лена.

Через год Лена родила девочку. Малышку, по настоянию Лены, почему-то назвали Наташей, хотя Лена так и не помирилась со своей двоюродной сестрой. Молодая мама, как и прежде, пишет диссертацию, растит дочку и хлопочет по хозяйству. Когда малышка капризничает, Лена вдруг забывает все ласкательные имена девочки и называет ее «Наташенька» с изрядной долей простудного ехидства. А еще в ее глазах появляется какой-то странный блеск. Но потом он смягчается, приобретая торжественную ясность, и Лена может даже улыбнуться. Но в этот момент ее лучше не трогать. Она занята чем-то очень-очень важным.

Что же касается Мишки... Впрочем, муж он и есть муж. Куда он денется!

ЧИТАЙТЕ

НАШЕ ИЗДАНИЕ В МОБИЛЬНОМ ПРИЛОЖЕНИИ VIPISHSMART.

ОЦЕНИТЕ УДОБСТВО ЭЛЕКТРОННОЙ ВЕРСИИ!

ТЕПЕРЬ ВСЕ ВЫПУСКИ ЛЮБИМЫХ ИЗДАНИЙ ВСЕГДА ПОД РУКОЙ!

«VipishiSmart» — цифровой киоск прессы для пользователей мобильных устройств, работающих на платформах iOS и Android.

Киоск дает возможность покупать, скачивать бесплатно и читать любимые журналы и газеты с любых цифровых устройств.



Братья наши меньшие ДАНТИСТ ДЛЯ РЕКСА

Напишите, пожалуйста, как можно определить, болят ли у собаки зубы.

Определить, что у Вашего пса болят зубы, непросто, так как большинство собак стойко переносят зубную боль, и она не сказывается на их аппетите. И только внимательный хозяин заметит, что его питомец страдает от зубной боли. Животное роняет пищу изо рта, жует на одной стороне, просит есть, но не ест. Иногда собака трет лапой морду и выглядит при этом глубоко несчастной.

Характерным признаком заболевания десен является дурной запах из пасти. Как и у человека, у собак может образовываться зубной камень.

Помочь заболевшему питомцу избавиться от зубной боли, естественно, может врач-ветеринар. Больные зубы обычно удаляют, но возможно сохранить зуб, запломбировав его.



«РЕБЯТА, ДАВАЙТЕ ЖИТЬ ДРУЖНО!»

У нас два года жил дома попугай, но потом мы стали замечать, что он скучает — плохо ест, перестал так активно чирикать, как раньше, и мы купили еще одного — для компании. Думали, им вместе будет весело, но они постоянно ссорятся и дерутся. Посоветуйте, как избежать птичьих конфликтов.



Покупая второго попугайчика, надо быть уверенными, что птицы у вас будут разнополыми, потому что ссоры между попугаями чаще всего возникают, если в клетке сидят птицы одного пола. Но иногда и разнополые попугаи испытывают антипатию друг к другу. В этом случае специалисты советуют сменить одного из партнеров. Конфликтные ситуации возникают и в том случае, когда птицы длительное время содержались в одиночку. Возможно, это как раз ваш случай. Попробуйте рассадить попугаев-индивидуалистов в разные клетки, но поставить их рядом. Через 2-3 недели, когда птицы привыкнут к соседству, самку пересаживают в клетку к самцу.

ХОТИТЕ ЗАВЕСТИ УЖА?

Сын очень просит не обычное животное, а ужа. Напишите, пожалуйста, чем кормить и как правильно содержать ужа в домашних условиях.

В домашних условиях ужей содержат в террариумах горизонтального типа с грунтовой поверхностью. Поскольку ужу для нормальной жизнедеятельности требуется высокая влажность, дно террариума лучше всего засыпать торфом и не забывать регулярно его слегка увлажнять. Размер террариума по диагонали должен соответствовать длине ужа.

Но просто террариума ужу мало — ему требуется укрытие и просторный бассейн, в котором днем вода прогревается до 24-26, а ночью до 18°. Зимой ужи предпочитают более прохладную воду (8-10°). Этот период обычно продолжается 2-3 месяца. Любят ужи и яркое освещение.

Основной корм для ужей — лягушки.

Ужи могут размножаться в неволе. Брачный сезон наступает в конце апреля — начале мая. Яйца откладывают в июле-августе. В кладке у длинного ужа может быть до 50 яиц, у мелкого — 6. Инкубационный период составляет от 23 до 30 дней. В это время в террариуме следует поддерживать температуру 29°.



Подготовила Катерина ЧАПЛЫГИНА



Дамы, посмеемся!

— Дорогой, не пей так много, алкоголь делает человека равнодушным ко всему...

— А мне плевать!

— Почему аисты на зиму улетают на юг?

— Потому, что там люди тоже хотят иметь детей.

Судья: Подсудимый, Вас уже в 50-й раз ловят на карманной краже. Что же мне с Вами делать?

Подсудимый: А не устроить ли нам по этому поводу юбилейчик?

Хозяин магазина, торгующего оптикой, учит сына, как вести себя с покупателями:

— После того, как ты подобрал стекла и клиент спросил о цене, говори «двадцать долларов». Затем сделай паузу и внимательно следи за выражением его лица. Если оно не дрогнуло, то продолжай: «Столько стоит оправа. Линзы будут стоить тоже двадцать долларов». После этого вновь задержишься на секунду и хорошо посмотри на покупателя. Если и после этого ни один мускул на его лице не дрогнет, уверенно добавляй: «Каждая».

Бывший официант устроился на работу в полицию. Его спрашивают:

— Как новая работа?

— Зарплата, конечно, поменьше, но что мне нравится, так это то, что клиент всегда неправ!!!

Из окна голос отца:

— Миша, быстрее домой!

— Ну, папа, можно еще чуть-чуть?

— Ну ладно еще по чуть-чуть и домой.

СКАНВОРД

Составил Валерий РУЧИЙ

№ 11

Каждому овощу свое ...	К	О	В	А	Ч	Е	Р	Она раз- рыхляет тесто	С	О	Ж	А	«Не сыпь мне ... на рану»
Водный источник	Б	Партнер дамы в танце	У	Римская богиня любви	У	Лакомство рахат-...	О	Царица цветов	К	Оладья из творога	Р	Мелкие круглые конфеты	С
Плетение украшений узелками	Р	О	Д	К	Ч	К	Глаза - ... души	З	Е	Р	К	А	С
Комик в цирке	Е	О	Острая приправа	У	Крестный отец	А	Космети- ческая мазь	К	Финская баня	М	Маникюр- ная жид- кость	В	
Мир, согласие	Л	А	К	Р	А	Ч	Еда в виде студня	К	Ч	С	Е	Л	Б
Памятник в виде столба	О	Врач — глазник	О	Передняя сторона головы	М	Ткань для подкладки	О	Мех для шубы	Е	Осел	У	Т	К
Греческая богиня победы	С	К	У	Л	Ч	С	Т	Выраже- ние лица	И	И	И	А	Стадо лошадей
Кора для плетения корзин	Е	Дочь царя	У	А	Р	Е	В	К	А	Тонкая кружевная ткань	У	Школьник	Ц
Цветник	Ч	Л	Покрой, модель одежды	Р	А	С	О	К	О	Н	Ч	А	
Бытовые удобства	С	У	Вид спереди	Т	Ткань для платьев, белья	А	Талисман	А	М	У	Л	Е	Т
Медовый праздник	В	О	М	Р	О	Р	Т	Музыкаль- ная нота	И	Шерсть овцы	Р	У	Н
Шкафчик для вин	Б	А	Р	Цветок касатик	Ч	Р	Ч	С	Обильное угощение	К	Ч	Р	
Спас	С	Н	А	С	Ярость, негодова- ние	Ч	Н	Е	В	Деликат- ность, чувство меры	Т	А	К

Ответы на сканворд № 10 по горизонтали: пульс, драже, лечо, кекс, буйвол, конкурс, устав, отец, царь, Анапа, курсант, губа, осот, майонез, виза, сарафан, туча, флот, манто, потир, леток, шифон, штрих, русак, корн, око, кагор, автор.

По вертикали: шпора, преysкурант, уют, ласка, скотч, ишак, овца, Африка, слон, ангел, картуз, молоко, тенор, добро, багаж, уста, мошна, ендова, акт, живица, сифон, рот, проза, трико, шляпа, танго, хор.

на первое полугодие 2019 года



(цена без почтовых услуг)

Наши индексы в «Каталоге русской прессы»

60672 — «Веста-М» —
24 рубля (1 месяц)

60673 — «Веста-М.
Здоровье» —
19 рублей (1 месяц)

60674 — «Веста-М.
Сканворды» —
32 рубля (1 месяц)

83728 — Комплект
«Веста-М» + «Веста-М.
Здоровье» —
39 рублей (1 месяц)

Наши индексы в каталоге «Почта России»

P2181 — «Веста-М» —
24 рубля (1 месяц)

P2194 — «Веста-М.
Здоровье» —
19 рублей (1 месяц)

P2196 — «Веста-М.
Сканворды» —
32 рубля (1 месяц)

P5293 — Комплект
«Веста-М» + «Веста-М.
Здоровье» —
39 рублей (1 месяц)

Наши индексы в каталоге «Пресса России»

51182 — «Веста-М» —
24 рубля (1 месяц)

15510 — «Веста-М.
Здоровье» —
19 рублей (1 месяц)

Оформить подписку на газету «Веста-М» можно, не выходя из дома, через Интернет-магазины, в том числе на электронные версии!



на сайте <http://vipishi.ru> выпиши.рф
или на сайте <https://podpiska.pochta.ru/>



В строке «Поиск» напишите «Веста-М».
Выберите период, в течение которого желаете полу-
чать газету.
Заполните строки «Адрес» и «ФИО».

В графе «Доставка» выберите, где Вам удобней получать газету.
Выберите способ оплаты.



А также можно читать газету он-лайн
(электронную версию) на pressa.ru.

Выберите в разделе «Поиск» «Веста-М» и оплачивайте любым доступным для Вас способом.
Для пользователей iPad: установите на свой iPad приложение Pressa.rureader, подписывайтесь
на сайте, а читайте на iPad.

